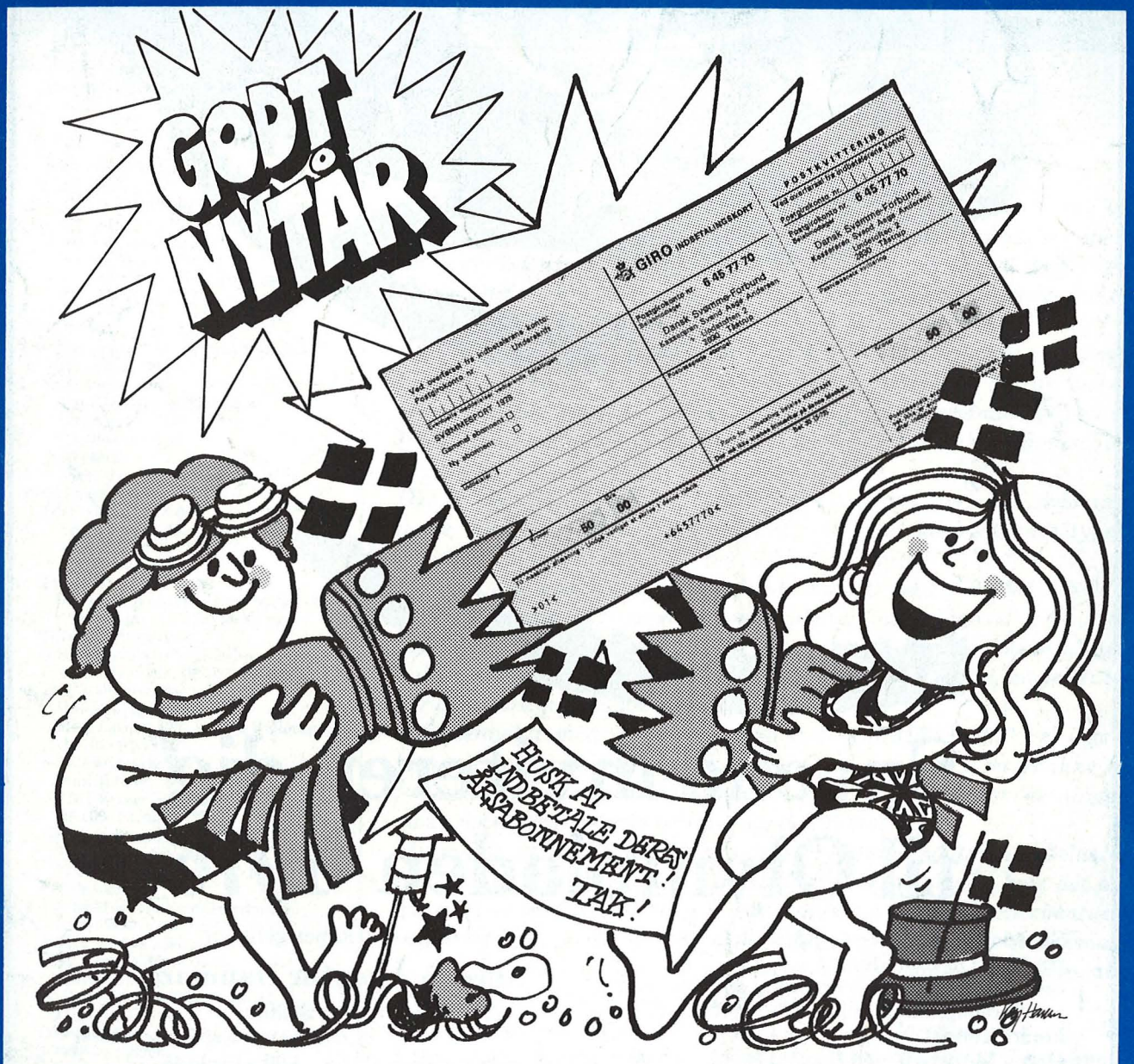
svømmesport

MEDDELELSER FRA DANSK SVØMME-FORBUND

DANSK SVØMME FORBUND



SVØMMESPORT ønsker annoncører og abonnenter godt nytår

I dette nummer er indlagt girokort til betaling af dit årsabonnement. - Udfyld det rigtigt og få betalt hurtigst muligt. Det gør det lettere for alle parter. TAK . . .

6

DECEMBER 1977

DSF navne og numre

DANSK SVØMME FORBUND

Forbundets kontor:
Idrættens Hus,
Brøndby Stadion 20,
2600 Glostrup,
tlf. (02) 45 55 55.
Kontortid:
Mandag - fredag 10 -13
Giro-nr. 6 45 77 70

Forretningsudvalget (FU)

Forbundsformand (konst.):
Kai Holm
Håndværkervej 7, 8800 Viborg
tlf. (06) 61 11 11, kl. 10-16
Forbundskasserer:
Svend Åge Andersen
Lindetoften 2, 2630 Tåstrup
tlf. (02) 99 07 15
SUS's formand:
Grethe Ericksson
Skovgårdavej 49, 4900 Nakskov
tlf. (03) 92 09 33
SSU's formand:
Paul Johansen, Bjørnens
Kvarter 10 E, 2620 Albertslund
tlf. (02) 64 94 47
Bestyrelse:
Udover de allerede nævnte
FU-medlemmer:
DSF's svømmeleder:
Søren Korbo, Rosenørnsallé 48, 4,
1970 København V
tlf. (91) 35 16 81
DSF's vandpololeder:
Jørgen Fogelstrøm, Engdraget 66,
2500, Valby, tlf. (01) 30 44 74
DSF's springleder:
Søren Svejstrup, Harebjerget,
4540 Fårevejle, tlf. (03) 45 45 70
DSF's syncroleder:
Bue Foldager
Hedeparken 177, 3, 2750 Ballerup
tlf. (02) 97 13 02
DSF's kursusleder:
Poul Jenker, Nordgade 8,
5762 Vester Skerninge
tlf. (09) 24 23 33
KSU's formand:
Tage Welander, Birkeenget 8
2791 Dragør, tlf. (01) 53 37 88
FSU's formand:
Else Madsen, Frederiksgade 65
5000 Odense, tlf. (09) 12 45 79
Andre vigtige adresser:
DSF's anlægskonsulent:
Allan Darling,
H. C. Andersens Boulevard 37, 4
1553 København V, tlf. (01) 14 18 13
DSF's læge:
Erik Jacobsen,
Levkøjvej 8, 2820 Gentofte
tlf. (01) 65 73 49
Vest for Storebælt: Erik Mønster
Ødis Bramdrup, 60 00 Kolding
tlf. (05) 59 82 41
SVØMMESPORT - Redaktion:
Jørgen Krebs, Tranevej 6,
Stevnstrup, 8870 Langå
tlf. arb. (06) 42 75 11 -
privat(06) 46 76 46
Annoncer:
Jan Sørensen, Nørregade 7,
8900 Randers
tlf. (06) 42 75 11, lokal 251
Tryk:
Elmenhoff Offset, Randers

Dit eget blad

PEGE-FINGEREN

AF JØRGEN KREBS

SVØMMESPORT er omend med forsinkelse atter på gaden. Jeg vil gerne på denne plads benytte lejligheden til at ønske såvel abonnenter som annoncører godt nytår og dernæst føje en tak til de mange, som i det forløbne år med indlæg af forskellig art har bidraget til at gøre bladet levende og ikke mindst debatskabende.

Årsskiftet er statustid, og derfor er det ikke unaturligt at se tilbage på den udvikling, der har præget SVØMMESPORT i det år, der er gået og måske rejse det spørgsmål, om bladet efterhånden er ved at finde sin form indenfor de meget snævre økonomiske rammer, der er givet.

Det er egentlig ikke mig, men derimod læserne, der skal bedømme dette, men det er en kendsgerning, at dette blad indeholder stoftyper, som ikke tidligere har fundet vej til bladets spalter.

Der er i dag godt 1400 betalende abonnenter på SVØMMESPORT. Det er bestemt ikke noget imponerende tal, men alligevel et positivt tal, idet der for 18 måneder siden ikke var mere end ca. 800 betalende holdere. Det er imidlertid ikke noget tilfredsstillende tal, når man tager den store målgruppe i betragtning.

Sammenholdt med indtægterne giver SVØMMESPORT vel i gennemsnit et par tusind kroner i underskud pr. gang. Det er ikke så forfærdelig meget, når man tager i betragtning, at årsomsætningen på de seks numre stærkt nærmer sig de 100.000 kr.

Mit mål er at skaffe dette blad øgede indtægter, så det ikke belaster forbundets kasse. Jeg mener personligt ikke, at bladet, hvis det engang bliver muligt, skal tilføre forbundets kasse penge. Et eventuelt overskud bør anvendes til produktforbedring. Personligt er der mange ting, jer gerne vil have tilført bladet, men på nuværende tidspunkt er det af hensyn til det lagte budget ikke muligt.

Mit nytårsønske vil derfor være, at der ude i foreningerne udfoldes langt større bestræbelser på at skaffe SVØMMESPORT nye abonnenter. Som klubformand i Randers mener jeg, vi har vist vejen til fremgang for bladet. Således betaler min klub 25 abonnenters blade, idet hver svømmelærer kontaktmæssigt sikres et eksemplar af SVØMMESPORT. Det gør man langtfra i alle klubber. Måske var det en idé.

Til slut: - I dette nummer af bladet er indlagt et girokort, som betaling for bladet. Bring betalingsforholdet i orden så hurtigt som muligt og husk endelig af hensyn til administrationen at sætte kryds i en af de to ruder, der findes på girokortet. - På forhånd tak.

- Velkommen til et nyt år med SVØMMESPORT.

DSF's formand gået i utide

Af Jørgen Krebs

FU nyt

Ove C. Alminde — gik i utide.

Dansk Svømme Forbunds formand Ove C. Alminde er gået kun ca. fire måneder før det ordinære repræsentantskabsmøde og efter et dramatisk år, hvor Ove først på repræsentantskabsmødet i april ikke lod sig vælge til formand for på et ekstraordinært repræsentantskabsmøde i maj måned endeligt som afløser for Paul Susé.

Jeg havde bedt Ove sende mig et indlæg om baggrunden for at forlade posten som forbundets førstemand, men dette tilbud har han ikke ønsket at benytte sig af.

Af et brev, dateret 4. december og sendt til bestyrelsen m. fl. redegør Ove C. Alminde imidlertid nærmere for sin beslutning, som senere er uddybet i dagspressen. Brevet af 4. december har følgende ordlyd:

Efter bestyrelsesmødet i lørdags har jeg brugt resten af weekenden til at foretage en status over resultater og krav i min tilværelse som forbundsformand, virksomhedsleder og familiemedlem.
Jeg har undgået denne status længst mulig, vel vidende, at resultatet sikkert ville blive negativt.
Som netop frygtet har jeg nu konstateret, at hverken min familie, mit arbejde eller forbundet kan være tilfredse med tingenes tilstand, og en reorganisering er absolut påkrævet.
Jeg har derfor forsøgt at prioritere tingene, og det kan næppe overraske, at familie og arbejde er kommet i første række.
Den overskydende kapacitet har jeg herefter sammenlignet med forbundets intentioner og helt specielle ledelsesstruktur samt selvfølgelig mine egne intentioner.
Regnestykket går desværre ikke op, hvilket selvfølgelig må få konsekvenser.

Det har været tunge overvejelser, men på den anden side ikke svært at konkretisere, jeg må sige stop som formand for forbundet!

Når en tung beslutning er taget skal man ikke trække den i langdrag. Næste års budget og arbejdsplaner er fastlagt, og en række dygtige ledere står klar til at føre dem ud i livet, motivationen og arbejdslysten er stor.

Selve forbundets drift er i forholdsvis faste rammer således at det er en overkommelig opgave for en afløser at følge arbejdet op. Ligeledes har forbundets love forudset en sådan situation, idet næstformanden står klar til at overtage ledelsen indtil andet er besluttet.
Med dette som baggrund føler jeg det rimeligt, at jeg med god samvittighed kan trække mig tilbage med øjeblikkelig varsel.

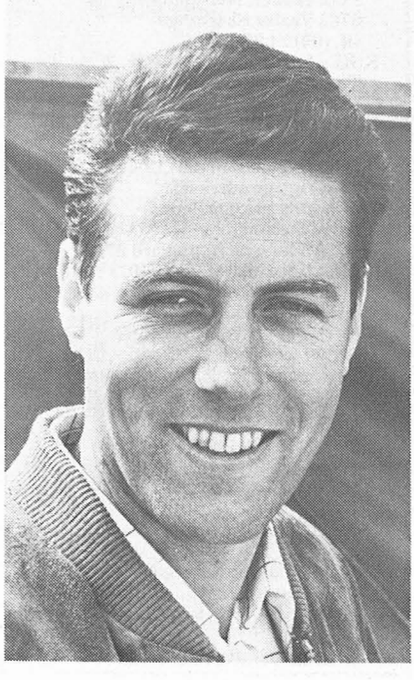
Nogen vil måske komme med kritiske bemærkninger af denne grund, men netop disse mennesker vil måske få størst glæde af et formandsskifte, hvorfor jeg beder dem bære over med mig.
Jeg vil ikke få tid til at deltage i møder i den kommende tid, ligesom bestyrelsesmødet i lørdags var sidste samvær. Det er derfor sidste mulighed for mig til at sige jer tak for samarbejdet, og tak for den ære det har været for mig at være jeres formand gennem de sidste knapt 2 år.

En særlig tak vil jeg rette til de kolleger, hvormed jeg på en række områder havde sammenfaldende interesser og mål.
En tak til alle i dansk svømning for mange gode år i klub, union og forbund.
I et stille og skuffet øjeblik ønsker jeg dansk svømning fremgang og lykke.

Med de venligste hilsner jeres
Ove C. Alminde

Ove C. Almindes beslutning affødte ikke unaturligt et møde i forbundets forretningsudvalg, hvor Kai Hölm blev konstitueret som formand indtil det ordinære repræsentantskabsmøde, og iøvrigt drøftes situationen på et bestyrelsesmøde, som holdes fredag den 27. januar i København.

Kai Holm — konstitueret som formand.



Krav på kravtider

Vi har modtaget:

Så er de af D.S.F. opstillede kravtider til VM kommet. Det er ikke min opgave her at fremføre, hvilken politik der skal ligge til grund for at blive udtaget til Berlin, f. eks. om en medalje- eller finaleaspirant eller om en 20. plads skal anses for at være nok til at blive udtaget til VM. Jeg mener, at samtlige individuelle grene skal have kravtider som modsvarer hinanden, og det samme skal gælde for holdkapperne, dog sådan at der tages hensyn til den mindre konkurrence, der vil blive, når hvert land kun stiller med et hold.

Med den i skrivende stund senest udkomne verdensrangliste (Speedo 31. august) som grundlag, er nedenstående tabel fremkommet. Den 8. bedste tid (2 deltagere pr. land) er blevet sammenlignet med de danske kravtider. Hvis man stiller kravtiderne i relation til andre tider, f. eks. verdensrekorderne, Europa-bedstelisten eller andre lister, vil man hver gang få samme tendens.

Det fremgår klart, at det er en person, der godt kan lide damer eller i hvert fald damesvømning, der har stillet kravtiderne op. I ikke færre end 27 ud af 29 discipliner er kravtiderne lettere for damer end for herrer i forhold til verdensranglisten.

I 6 af tilfældene er der unormal stor difference. Dette gælder: 200 crawl, 400 crawl, 800/1500 crawl, 200 medley, 4 gange 100 crawl samt special-tilfældet 4 gange 200 crawl.

Således kan damerne svømme 4 sekunder langsommere på 200 crawl i forhold til verdensranglisten og blive anset for lige så kvalificerede som herrerne. I 400 crawl ligger damerne 15 sekunder fra, mens herrerne ligger 5 sekunder fra, altså en forskel på 10 sekunder. Kikker man på henholdsvis 800 og 1500 crawl, finder man, at damerne her ligger 29. sek. fra, og herrerne, som skal svømme næsten dobbelt så langt, skal svømme 4 sek. hurtigere, altså 25 sek. fra. I 4 gange 100 crawl ser man, at herrerne skal svømme med et snit på 0.53.75, hvilket er 0.25 sek. under det individuelle krav på 100 crawl, mens damerne må ligge 1 sek. langsommere end den individuelle kravtid. Desuden er forskellen 4 sek. i forhold til kravtiden. I den sammenhæng kan vi også kikke på herrernes 4 gange 200 crawl, hvor den danske kravtid ligger nærmere verdensrekorden end damernes i 4 gange 100 crawl.

3 sekunders forskel på 200 medley er også ganske opsigtsvækkende. Man kan jo gøre det tankeeksperiment at opstille herrernes krav til 2.16 i stedet for 2.13. Det ville give adskillige svømmere håb om en VM-billet.

Følgende løb og tider anbefales ændret til nedenstående:

200 crawl, herrer	tid	1.57.5
200 crawl, damer	tid	2.07.5
400 crawl, herrer	tid	4.08.0
400 crawl, damer	tid	4.26.0
200 medley, damer	tid	2.25.0
800 crawl, damer	tid	9.08.0
1500 crawl, herrer	tid	16.20.0
4x100 crawl, herrer	tid	3.40.0
4 x 200 crawl, herrer	tid	8.00.0

Dag Stormark.

Svar til Dag Stormark samt Jasper N. Jørgensen og Henrik Rasmussen.

Det er svært at gøre alle tilfredse. Det er en næsten umulig opgave. Men jeg kan her kort forklare, hvorledes kravtiderne til VM, som iøvrigt er godkendt af FU, er fremkommet.

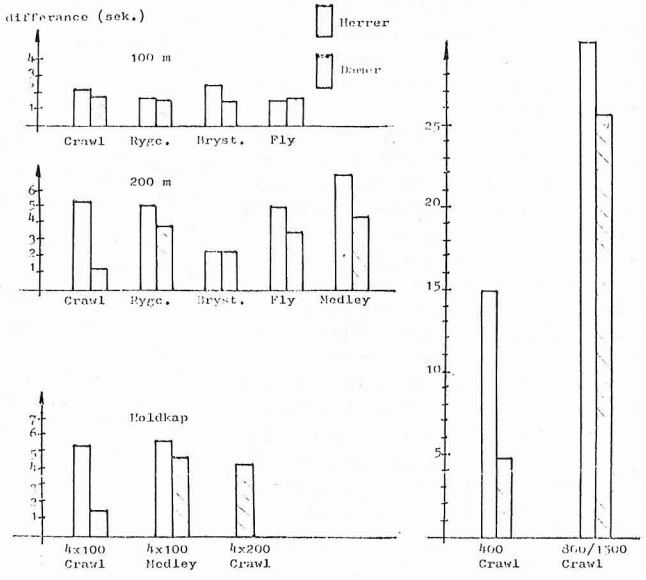
Selv om det er VM, det drejer sig om i 1978, gik svømmeudvalget ud fra tingenes tilstand i Europa, idet det er det, vi nærmest kan sammenligne os med. EM var netop afsluttet og for de individuelle øvelser valgte vi en tid omkring 12.-pladsen både for kvinder og mænd. Med hensyn til holdkapperne blev der valgt en placering omkring 8.-pladsen, idet mændenes tider blev rundet op og kvindernes ned.

Måske er det ikke et tilfredsstillende svar for d'herrer, men det er en forklaring, og så må vi da henvise til fodnoten under kravtiderne. Med denne fodnote skulle der stadigvæk være et par gulerødder til overs.

Desuden skal jeg bekræfte, at vi i svømmeudvalget godt kan lide piger. Desværre har vi ingen i udvalget lige i øjeblikket.

Søren Korbo.

Disciplin	Damer: Krav	Damer: V 8	Herrer: Krav	Herrer: V 8
100 m crawl	1.00,0	57.77	54.0	52.11
difference		2.23		1.89
200 m crawl	2.09.0	2.03.54	1.55.0	1.53.09
difference		5.46		1.31
400 m crawl	4.31.0	4.15.06	4.03.0	3.58.23
difference		14.96		4.77
800/1500 m crawl	9.18.0	8.48.79	16.07.0	15.41.53
difference		29.21		25.47
100 m ryfcrawl	1.07.0	1.05.26	1.00.0	58.35
difference		1.74		1.65
200 m rygcrawl	2.24.0	2.18.84	2.10.0	2.06.07
difference		5.16		3.93
100 m brystsvømning	1.16.0	1.13.53	1.07.0	1.05.40
difference		2.47		1.60
200 m brystsvømning	2.42.0	2.38.79	2.27.0	2.23.77
difference		3.21		3.23
100 m butterfly	1.05.0	1.03.47	58.0	56.24
difference		1.53		1.76
200 m butterfly	2.21.0	2.15.92	2.07.0	2.03.5
difference		5.08		3.50
200 m medley	2.28.0	2.20.95	2.13.0	2.08.56
difference		7.05		4.43
400 m medley	5.11.0	4.58.54	4.44.0	4.33.85
difference		12.46		10.15
4x100 m crawl	4.04.0	3.58.45	3.35.0	3.33.34
difference		5.55		1.66
4x200 m crawl			7.50.0	7.45.66
difference				4.34
4x100 m medley	4.30.0	4.24.07	4.00.0	3.55.20
difference		5.93		4.80



Vanviddet eller svømmesporten

Vi har modtaget:
Det var ikke uden et lille smil jeg lagde Svømmesport til side efter at have læst sidste nummer af bladet (nr. 5). Har man virkelig ikke mere seriøse emner end Susanne Nielssons badedragt at tage op til debat i DSFs officielle organ? — Jeg må indrømme at smilet stivnede ved nærmere eftertanke. For hvor er det dog typisk for dansk svømning! I de 10—11 år jeg nu har været aktiv svømmer og vandpolospiller, har danske svømmekredse ganske enkelt været gennemsyret af misundelse, egoisme og personlige intriger blandt lederne. Nu er uenigheden og balladen pany blusset op — om noget så banalt som en badedragt!
Nuvel, Svømmesport har givet bolden op, så lad os da blot køre lidt mere rundt i denne tåbelige »sag«. Selvfølgelig skal DSF have en landskampsdragt til brug ved præsentable lejligheder, men lad dog være med at forlange den brugt i konkurrence, hvis en svømmer føler sig hæmmet ved at bruge den. Der er jo ikke her tale om et identifikationsspørgsmål, som det er tilfældet i f. eks. vandpolo, hvor det er en praktisk nødvendighed at kunne kende forskel mellem de to hold ved hjælp af de blå og hvide huer.
Nogle vil måske hævde, at det kan være rystende ligegyldigt om man vælger Arena, Speedo eller noget helt tredje af de gode kvaliteter. Men alle med blot en smule indsigt — og denne kategori burde DSFs ledere tilhøre — vil vide, at den psykiske styrke før og under et løb er af ligeså vital betydning som den fysiske. Derfor må man i DSF lade sine svømmere se stort på forbundets kommercielle interesser, når de skal deltage i konkurrence, og derfor må man også lade svømmerne stille op i de badedragter, de føler sig bedst tilpas i.
Når DSF sender sine folk på store internationale opgaver som eksempelvis EM, må man formode, at det sker på baggrund af en eller anden ambition om at være med på topplan. Med et sådant mål forekommer det unægteligt ulogisk, at man ikkee lader sine folk konkurrere under de bedst mulige betingelser. Nu stod vi her med Susannes EM-sølv som dansk svømnings største resultat i mange, mange år, og så er belønningen en skideballe til Susanne, fordi hun svømmer i den dragt, der passer hende bedst og dermed styrker hende psykisk. Til lykke, DSF, I bevæger Jer på grænsen mellem det komiske og det tragiske.
Vor nu afgåede formand, Ove C. Alminde, spørger os i sidste nimmer, om det er svømmesporten eller egoismen vi dyrker i vores idræt. Tillad mig at spørge: Hvad dyrker man i DSFs ledelse? svømmesporten eller vanviddet?
Og forøvrigt: Inden Jørgen Krebs kommer for langt ud i den bløde rabat med sit skindhellige korstog mod pressen, bør han vist lige gøre sig klart, at pressen sagtens kan undvære os, men vi kan forbandet dårligt undvære den!

Med venlig hilsen
Flemming Mønster,
Kolding Svømme-Klub.

PS.: Forresten svømmer jeg selv i Speedo.

Intet nyt

V har modaget:
ntet nyt plejer t være god nyt. DET ER EN GOD GAMMEL REGELü MEN IGEN REGL ERUDEN UNDTAGELSE. Der er intet nt iDSFs ndstillng til udtagelse af hold til intrnatonal mesterskaber såsom EM og VM, men et e bestmt heller ikke godt nyt.
Offentligørelen a kraene til vm r et slag hovede på ptimsternehos ændene, g et godt våben fr »HVAD□ SAGDE□ J-EG«-folkene.
DSF's formentlig velmenende ord efer E, m at nu vil man satse på 2 holdkapper ved VM er blevet gjort eftertrykkeligt til skamme.Spørgsmålet om, hvem der har gjort det og hvorfor, kan vi jo kun gætte om, men vigæter sjldent forkert, deril har vi set og hørt for meget.
At der ingen herreholdkap kommer med til VM turde være indlysende, al den stund, at ikke mindre end 4 mand skal slå den bestående rekord i 100 m crawl med mere end 1 sekund. Ønsketænkning.
Chancen som individualist er lidt bedre, her er det kun 8/10 sek. fra rekorden. Vil man med som individualist skal man svømme på54 sek., men vil 4+ 1 reserve danne hold, så værsgo ned på 53,75 sek. alle mand. For en gangs skyld er det lige før man ønsker at man var pige. Her er kravet nemlig 1 sek. over det individuelle pr. 100 m crawl. Hvorfor så galant? Rimer det i ligestillingsdebatten?
Vi ved godt, at DSF's bestyrelse og svømmeudvalg, plus trænere knyttet hertil, læser tabeller. Bliv ved med det, og drøm.
Fktum er, at vores gulerod blev sået, men planten døde før den bar frugt. Den blev kvalt af ukrudt.

Jasper Nordsted-Jørgensen
Henrik Rasmussen

SUs stilling

Vi har modtaget:
I Svømmesport nr. 5 1977 fremsætter Ove C. Alminde i en leder en påstand om, at JSU skulle være uenig i sine synspunkter og måden hvorpå de er fremført i forbindelse med DSFs sponsorkontrakt.
For at der ikke skal herske tvivl om, hvor JSU står i denne sag, finder vi det fornødent at oiplyse følgende:
JSUs bestyrelse har på et møde i Århus den 9. okt. 1977 behandlet hele sagsforløbet og kan udtale at den samlede bestyrelse er enig i sagsfremførelsen og unionens standpunkt, idet man stærkt fremhæver, at der er tale om en principiel afgørelse, således at man på ingen måde skeler til evt. firmainteresser, samt at der m. h. t. uenighed kun er tale om retten til frit at vælge det personlige tilpassede sportsudstyr (badedragt).
Der blev på mødet fremført ønske om at blive bedre løbende orienteret om sager af den karakter, hvilket formanden beklagede ikke havde været tilfældet, noget man fremover ønskede at rette.
Netop for at undgå splid har JBU indanket sagen for ordens- og amatørudvalget. Medens retten er sat har vi ikke ønsket at udtale os i den hensigt at prøve at påvirke nogen stemning I sømmelighedens navn kunne det have været ønskeligt, om andre havde indtaget samme standpunkt.

J.S.U.s bestyrelse.

Med venlig hilsen
Kai Holm,
formand.

VM-nyt

Af Søren Korbo

BERLIN WEST

Lørdag den 5. november var der lejlighed til at besøge organisationskomiteen for de 3. verdensmesterskaber i svømning i Vestberlin. Stedfortrædende generalsekretær Günter Quast var guide under det korte ophold i Berlin.

Efter en noget anstrengede rejse med nattoget »Østersø-Expressen« startede dagen med et møde i organisations-komiteens sekretariat i Bayreuther Strasse, hvor man for en periode på 2 år har lejet 300 kvm. kontorplads. I øjebliket arbejder 7 personer, nogle af damerne dog kun halvdags, men om kort tid skal arbejdsstyrken forhøjes til 9 heltidsansatte.

Få dage før besøget var det netop blevet meddelt, at VM rykkes 1 dag frem. Man slutter således også 1 dag før. Der bliver således åbningsceremoni fredag den 18. august 1978 og afslutning mandag den 28 august 1978. Programmet som er meddelt i Svømmesport nr. 5/77 skal således blot hele vejen igennem rykkes en dag frem. Grunden er, at det amerikanske fjernsynsselskab ABC forlangte at kunne sende 2 weekender »live« fra Berlin. Og på trods af, at alt var trykt og planlagt, bøjede man sig for TV.

Besøget i Berlin gik først og fremmest ud på at finde et egnet hotel til det danske VM-hold. Efter hjemkomst, er det blvet besluttet at reservere værelser på Hotel Alsterhof i Berlin som ligger i Würzburger Strasse i et roligt kvarter. Man må hele tiden tænke på, at man befinder sig i en storby. Vestberlin har godt 2 mill. indbyggere. Hotel Alsterhof ligger meget centralt, kun ca. 5 min. til fods fra den berømte Kurfürstendamm. Alle værelser har gode rummelige skabe og eget bad og WC. Der er køleskab og radio med tre faste stationer på hvert værelse. Restauranten er hyggelig og der vil være mulighed for. at specielle ønsker kan opfyldes med hensyn til spisningen. Der er separat TV-rum med farvefjernsyn.

Transporten til og fra stævnebassinet i Olympia Stadion og de mange træningsbassiner vil ske med en fællesbus, som vil få faste afgangstider. I organisationskomiteen havde man netop regnet ud, at transporten alene vil koste omkring DM 500.000.

På besøgsdagen havde 14 nationer bestilt værelser og bl.a. Italien, Jugoslavien, Holland, USA, Canada og Sverige havde været i Berlin for at se på værelser. Sovjet og Ungarn havde anmeldt deres besøg. På Hotel Alsterhof kommer de danske deltagere til at bo sammen med de aktive deltagere fra Holland og Jugoslavien.

VM-bruttohold udtaget

Svømmeudvalget har på sit møde den 12.-13. november 1977 på Hotel Tre Ege, Brabrand, udtaget følgende foreløbige VM-bruttohold:

Susanne Nielsson, AGF
Margareta Maunsbach, Skovbakken
Lone Jensen, Ålborg
Lene Rasmussen, Gladsaxe
Gerd Laursen, Skovbakken
Lisbeth Nielsen, AGF
Charlotte Petersen, Albertslund
Jens Brønnum, Ålborg
Morten Hausborg, Neptun
Jens Klarskov, Albertslund
Henrik Rasmussen, Ålborg
Jasper N. Jørgensen, Ålborg

Som det allerede er meddelt foreningerne vil der blive samlet til fællestræning i det omfang de til rådighed stående midler tillader det.

Svømmeudvalget vil holde nøje øje med svømmernes resultater ved de kommende stævner, idet der naturligvis kan ske udvekslinger på bruttoholdet.

I skrivende stund er budgettet for 1978 ikke vedtaget, men det er svømmeudvalgets håb, at vort bruttohold kan deltage i følgende internationale arrangementer op til VM: Speedo, World Meet, Tilt Meeting, DSV-Festival Bremen og Coca Cola Cup. Hertil kommer vore landskampsarrangementer. Terminerne fremgår af den kalender, som tidligere har været offentliggjort i Svømmesport.

SVØMME NYT

Dan-Cup 78

Hermed bringer svømmeudvalget en kort orientering om turneringen.

I 3. division er de indledende runder netop afviklet med 6 stævner fordelt over hele landet. Resultaterne fremgår af listen, hvor de 12 først placerede er medtaget.

Dan-Cup 78, 3. division. Indl. runde, resultater.

KVINDER	Point
1. Skjold/Birkerød	6.175
2. SGI	6.150
3. HGF	6.098
4. Lyseng	5.901
5. Nakskov	5.808
6. Tåstrup IK	5.729
7. Holstebro SC	5.544
8. Varde IF	5.515
9. Herfølge	5.454
10. S 68/Hjørring	5.113
11. Hvidovre	4.927
12. Esbjerg	4.636

MÆND	
1. Skjold/Birkerød	6.258
2. S 68/Hjørring	6.085
3. SGI	6.078
4. Frem/Odense	6.074
5. Lyseng	5.815
6. Svendborg SK	5.512
7. HEI	5.420
8. KVIK	5.121
9. Tåstrup IK	4.935
10. Gentofte	4.919
11. Roskilde	4.889
12. Triton/Vejle	

De seks første hold for henholdsvis kvinder og mænd deltager i finalen.

2. division afvikledes med to stævner henholdsvis i Frederiksberg Svømmehal, København, og på Idrætshøjskolen i Viborg. Stævnedagene var 10. og 11. december 77. Medarrangører Hermes og Viborg SK.

1. division afvikles med 2 stævner henholdvsis i Øbrohallen, København og Søndermarksskolen i Randers. Medarrangører er KSU og Randers Neptun, og stævnerne afvikles 28. og 29. januar 78.

Mange svømmere til udlandet

Til det internationale årgangsstævne i Genéve i Schweiz, som afholdes i dagene 20.-22. januar 1978 er følgende svømmere udtaget:
Lone Svenningsen, Hjortshøj/Egå — Helle M. Sørensen, Triton/S — Lone Jensen, Ålborg — Birthe Jørgensen, Albertslund — Lisbeth Kristiansen, Viborg — Hans Henrik Kristensen, Holstebro — Henrik Nielsen, Svendborg — Frank Andersen, Vest/Br. — Ole Glæsner, KFUM — Bo Wesley, SNIK — Anders Kronborg, Skjold — Niels Jørgen Larsen, Nakskov — Per Clausen, Sædding-Guldager — Jens Klarskov, Albertslund og Jes Gydesen, Gladsaxe.
Som træner er udpeget Franck B. Jensen, Triton/S og som ledere Karen og Poul Jenker.
Da ældste gruppe er årgang 60 er der denne gang stor spredning i aldersklasserne. Svømmeudvalget ønsker god fornøjelse og gode resultater i Genéve.

Internationale stævner for VM-bruttoholdet

Som tidligere nævnt her i bladet vil vore VM-kandidater få lejlighed til at prøve kræfter med den internationale elite ved forskellige arrangementer rundt om i Europa. Det drejer sig her om stævner, som vi efterhånden pr. tradition deltager i, men samtidig om arrangementer, som har en vis standard.
Af hensyn til klubbernes planlægning er der allerede på lang sigt udtaget følgende deltagere:

Speedo-World-Meet, Amerfoort 3.-5. februar 1978:
Margareta Maunsbach, Skovbakken — Lone Jensen, Ålborg — Gerd Laursen, Skovbakken — Jens Brønnum, Ålborg — Henrik Rasmussen, Ålborg og Jasper N. Jørgensen, Ålborg.
Træner: Arne Holdt. — Leder: Søren Korbo.

Tilt Meeting, 10.-12. februar 1978, Paris:
Susanne Nielsson, AGF — Træner: Hallbjørn Steenhaug.

DSV-Festival, Bremen 17.-19. marts 1978:
Lene Rasmussen, Gladsaxe — Jens Brønnum, Ålborg — Morten Hausborg, Neptun — Henrik Rasmussen, Ålborg — Jasper N. Jørgensen, Ålborg og Susanne Nielsson, AGF.
Træner: Dag Stormark — Leder: Jørgen Rasmussen.

Coca-Cola Cup, Leeds, 25.-27. marts 1978:
Charlotte Petersen, Albertslund — Jens Klarskov, Albertslund — Morten Hausborg, Neptun — Susanne Nielsson, AGF — Lisbeth Nielsen, AGF — Margareta Maunsbach, Skovbakken — Lene Rasmussen, Gladsaxe og Gerd Laursen, Skovbakken.
Træner: Jens Erik Rasmussen — Leder: Poul Hermann.

SVØMME NYT

Elitenåle
Charlotte Petersen, AIF — Lene Pedersen, Kolding — Lene Nørbøge, Skovbakken.

Nåle siden sidst

Sølvdelfinnåle
Lene Jakobsen, AIF — Helene Søndergård-Nielsen, Skjold — Eva Fjellerup, Rap — Rikke Rossen, Kolding — Tina Ødegård, GSK — Inge Langhave, HEI — Annette V. Nielsen, Herfølge — Annette Nordentoft, Thisted — Ane Mortensen, Thisted — Jette Bak, Thisted — Lisbeth Houmann, Brønderslev — Ann Jette Handberg, AGF — Evy Petersen, Triton — Berit Bertelsen, Triton — Agi Szoska, Haderslev — Mette Kjøngerskov, HGF — Lotte Reimer, AIF — Heidi Knudsen, AIF — Tina Damgård Hansen, Skovbakken — Mette Voss, Roskilde — Anne Marie Torsland, SGI — Birgitte Wolf, Kolding — Susanne Petersen, Hvidovre — Mette B. Jensen, Ålborg — Lone Kristoffersen, Hvidovre — Anette Enemark, Esbjerg — Dorthe Kongebro, Loke — Anja Meyer, AGF — Niels Lauritzen, AAIF — Fritz Johansen, Neptun — Michael Christensen, Neptun — Michael Dietz, S.68 — Jens Christensen, Lyseng — John Bent Nielsen, HEI — Anders Kronborg, Skjold — Torben Halkier, Skovbakken — Ole Glæsner, KFUM — Michael Jensen, NSK — Lars Jacobsen, NSK — John Hansen, NSK — Jeff Sølvsteen, Ålborg — Allan Overgård, Nord.

Sølvdelfinnåle med sløjfe
Susanne H. Olsen, Tåstrup — Lisbeth Rasmussen, Varde — Inger Krogsgård, Ølgod — Helle Petersen, Herning — Trine Simonsen, HSC — Merete Midtgård, HGF — Lotte Simonsen, Ålborg — Mette B. Hansen, Esbjerg — Peter B. Kristiansen, HEI — Karsten Wilde, S.68 — Ole Nielsen, SSK — Søren Broløs, Skjold.

Guldnåle
Birgitte Larsen, Neptun — Annette Blok, Neptun — Gitte Hansen, SGI — Martin Jessen, Thisted — Brian Reiffstein, IHF.

Guldnåle med sløjfe
Anette Bøgsted, NSK — Marianne Hallberg, AIF.

1500 m for alle

Svømmeudvalget minder om, at 1500 m for alle for sæsonen 1977/78 er i fuld gang. Der er stadig masser af resultatskemaer, som venter på at blive sendt ud.
De kan rekvireres hos Søren Korbo.

Nye stævnetider for ÅM II

Vi minder her om de forskellige anmeldelsesfrister for Årgangsmesterskaberne 1978:
ÅM, gruppe II i Øbro-Hallen.
Her er stævneterminerne ændret som følger:
Lørdag d. 4. februar 1978
— opvarmning kl. 15.30 — stævne kl. 16.30.
Søndag d. 5. februar 1978
— opvarmning kl. 11.00 stævne kl. 12.00.
ÅM. Gruppe I i Søndermarksskolen, Randers.
Stævnerne afvikles som omtalt i Svømmesport no. 5/77.
Anmeldelsesfrist til ÅM I er 25. januar 1978.
Alle startkortene skal som nævnt sendes til DSFs svømmeleder.

Ungdomslandskamp mod Norge og NJM 1978

Svømmeudvalget minder om, at foreningerne bedes indsende oplysninger om svømmere, som man mener kan komme i betragtning til de nævnte opgaver **senest** d. 11. januar 1978.
Oplysningerne sendes til Søren Korbo, Rosenørns Allé 48, 1970 København V, på unionernes startkort. Der må kun benyttes officielle tider opnået i tiden 1. september 1977 til 10. januar 1978.

De nye kandidatlister

Af Richard Møller

SVØMME NYT

Det er med beklagelse, at SVU først på nuværende tidspunkt kan offentliggøre de nye kandidatlister. Den sene levering af tabellen fra Tyskland er årsagen, idet SVU mente, at de nye lister burde udarbejdes i henhold til de nye retningslinier, denne tabel udstak. Endelig ønskede man en omvurdering af kravene til de enkelte lister, idet vi sidst havde omtrent lige så mange A-kandidater som tilsammen B- og C-kandidater.
Det udarbejdede forslag er nu gennemgået og godkendt i SVU samt af trænerrepræsentanterne, og findes ligesom de nye kandidatlister andetsteds i bladet.

HUSK venligst **alle** ændringer og tilmeldinger til undertegnede.

Samtidig vil jeg gerne henlede opmærksomheden på, at SVU har problemer (både af økonomisk og anden art), med at få afviklet B- og C-træningssamlingerne på unionsplan. Det var oprindelig tanken med B- og C-kandidaterne, at de normalt skulle mødes således, men det er ikke lykkedes for SVU at få disse samlinger op at stå i 1977 og VM 78 vil naturligvis få samme, om end forståelige, indflydelse på samlingerne, idet disse mesterskaber ligger meget stort beslag på vore midler.

Dette er synd for svmmerne

Jeg vil derfor foreslå, at interesserede foreninger kontakter SVU, deres union, deres svømmeleder eller undertegnede, og tager spørgsmålet op til drøftelse. Man kunne eventuelt tænke sig hel eller delvis selvfinansiering af samlingerne. Det er i hvert fald vigtigt at få startet diskussionen, ellers kan vi lige så godt lade være med at registrere B- og C-kandidater.

Kandidatliste, gruppe A

Nr. 1 fra DM77 og IM78, eller min. langb. 725 p. kortb. 775 p.

Points	k/l	Navn	Årg.	Klub	Disciplin	Tid
830	L	Henrik Rasmussen	55	AS	200 m IM.	2.14,2
806	L	Susanne Nilsson	60	AGF	200 m butt.	2.21,0
800	L	Jens Brønnum	59	AS	200 m crawl	1.58,8
786	L	Morten Hausborg	61	Neptun	200 m crawl	1.59,5
771	L	Jasper Nordsted	56	NIF	200 m crawl	2.00,3
763	L	Søren W. Larsen	57	AS	200 m IM.	2.18,0
762	L	Marg. Maunsbach	62	Skovbakken	400 m crawl	4.33,6
747	L	Lone Jensen	62	AS	100 m crawl	1.01,4
735	L	Mette Klarskov	62	AIF	200 m crawl	2.12,2
725	L	Niels Rasmussen	58	AS	200 m IM.	2.20,4
705(DM-1)	L	Robert Torkelund	59	Triton/Sk.	100 m brystsv.	1.10,9
698(DM-1)	L	Jens Klarskov	60	AIF	100 m butt.	1.01,2
691(DM-1)	L	Gerd Laursen	62	Skovbakken	200 m rygcr.	2.29,9
686(DM-1)	L	Niels Mortensen	57	HGF	200 m brystsv.	2.33,2
665(DM-1)	L	Jes Gydesen	61	Vest/Br.	100 m rygcr.	1.03,6

Kandidatliste, gruppe B

Nr. 2 fra DM 77 og IM 78 eller min. langb. 650 p. kortb. 700 p.

Points	k/l	Navn	Årg.	Klub	Disciplin	Tid
722	L	Vivi Nielsen	59	AS	200 m bryst	2.51,0
722	L	Lisbeth Nielsen	63	AGF	100 m crawl	1.02,1
721	L	Jes Kristoffersen	58	AGF	200 m crawl	2.03.0
719	L	Finn Essendrop	62	Vest/Br.	400 m crawl	4.18,9
710	L	Charl. Pedersen	64	AIF	200 m crawl	2.13,7
709	L	Øjvind Loftheim	61	AIF	400 m crawl	4.20,1
705	L	Tenna Ejstrup	62	AGF	800 m crawl	9.41,1
700	L	Jette Pedersen	58	Gladsaxe	200 m brystsv.	2.52,8
698	L	Klaus Gydesen	59	Vest/Br.	100 m butt.	1.01,2
696	L	Lotte Simonsen	64	AS	100 m brystsv.	1.20,0
694	L	Lene Rasmussen	59	Gladsaxe	100 m crawl	1.02,9
684	L	Marianne Haugård	60	Triton/Sk.	800 m crawl	9.46,8
676	L	Cecilia Maunsbach	64	Skovbakken	200 m IM.	2.36,2
675	L	Kirsten Poulsen	60	Herakles	200 m IM.	2.36,3
674	L	Even Magnussen	60	AGF	400 m IM	5.00.8
671	L	Bente Bendtsen	58	Roskilde	100 m brystsv.	1.21,0
668	L	Peter Agger	59	AGF	400 m IM.	5.01,7
663	L	Lisbeth Olsen	60	AGF	200 m bryst	2.55,9
657	L	Charlotte Harbo	63	Neptun	200 m rygcr.	2.32,4
652	L	Kim Nielsen	59	Vest/Br.	200 m rygcr.	2.17,5
651	L	Ole Kørup	58	Herakles	100 m brystsv.	1.12.8
647(DM-1)	L	Birte Jørgensen	62	AIF	100 m rygcr.	1.11,1

Kandidatliste, gruppe C

Nr. 3 fra DM 77 og IM 78, nr. 1 fra JM og UM eller lang. 575 p. kortb. 625 p.

Point	k/l	Navn	Årg.	Klub	Disciplin	Tid
642	L	Lon Hestoy	59	AGF	1500 m fri sv.	17.26,2
638	L	Marianne Jørgensen	62	AGF	400 m crawl	4.50,2
637	L	Henrik Holdt	60	Skovbakken	200 m rygcr.	2.18,5
637	L	Henrik Larsen	60	AGF	1500 m fri sv.	17.28,5
684	K	Martin Jessen	60	Thisted I.K.	100 m brystsv.	1.11,6
628	L	Frank Andersen	62	Herlev	100 m crawl	0.57,7
675	K	Gitte Hansen	62	SGI	200 m brystsv.	2.54,9
623	L	Lene Lauridsen	59	Odder IGF	100 m crawl	1.05,2
622	L	Laila Linneberg	60	Ikast	100 m butt.	1.10,4
669	K	Brian Reiffenstein	63	IHF	400 m crawl	4.25,2
618	L	Helle Nielsen	61	Herakles	200 m butt.	2.34,0
617	L	Lars Holst	60	AS	200 m butt.	2.20,0
616	L	Henrik Kragh	61	Lyseng	200 m brystsv.	2.38,8
614	L	Merete Kærgaard	60	IHF	800 m fri sv.	10.08,5
611	L	Klaes Nielsen	63	AGF	200 m crawl	2.10,0
601	L	Mette M. Sørensen	63	Triton/Sk.	100 m crawl	1.06,0
597	L	Søren Østberg	62	Nakskov	100 m butt.	1.04,5
595	L	Jan Corell	62	Triton/Sk.	100 m rygcr.	1.06,0
593	L	Per B. Jensen	62	Gladsaxe	100 m brystsv.	1.15,1
588	L	Inge Møller	62	Thisted I.K.	100 m crawl	1.06,5
588	L	Søren Thorvald	62	Triton/Sk.	800 m crawl	9.34,7
586	L	Helle M. Sørensen	64	Triton/Sk.	100 m butt.	1.11,8
631	K	Per Møller	61	SGI	100 m crawl	0.57,6

Kriterier for optagelse på DSFs kandidatlister

A-kandidater: Nr. 1 fra henholdsvis DM og IM eller min. 725 p. for langbane og 775 p. for kortbanetider.

B-kandidater: Nr. 2 fra henholdsvis DM og IM eller min. 650 p. for langbane og 700 p. for kortbanetider.

C-kandidater: Nr. 3 fra henholdsvis DM og IM samt nr. 1 fra UM og JM eller min. 575 p. for langbane og 625 p. for kortbanetider.

Der anvendes tysk pointtabel, udgave 1977.

Lang- og kortbanetider i henhold til anførte pointskrav

Langbane	A-kand. 725 p.		B-kand. 650 p.		C-kand. 575 p.	
	Kvinder	Mænd	Kvinder	Mænd	Kvinder	Mænd
100 m fri svømning...	1.02,0	0.55,0	1.04,3	0.57,1	1.07,1	0.59,4
200 m fri svømning...	2.12,8	2.02,8	2.17,7	2.07,3	2.23,5	2.12,7
400 m fri svømning...	4.38,2	4.18,1	4.48,5	4.27,7	5.00,5	4.38,9
800 m fri svømning...	9.35,6	8.56,0	9.56,9	9.15,9	10.21,8	9.39,0
1500 m fri svømning...	18.26,4	16.44,5	19.07,4	17.21,7	19.55,2	18.05,2
100 m brystsvømning.	1.19,0	1.10,3	1.21,9	1.12,9	1.25,3	1.15,9
200 m brystsvømning.	2.50,8	2.30,4	2.57,1	2.36,0	3.04,5	2.42,5
100 m butterfly.....	1.06,9	1.00,5	1.09,4	1.02,7	1.12,3	1.05,3
200 m butterfly.....	2.26,1	2.12,7	2.31,5	2.17,6	2.37,8	2.23,4
100 m rygcrawl.....	1.08,5	1.01,8	1.11,0	1.04,1	1.14,0	1.06,8
200 m rygcrawl.....	2.27,5	2.12,7	2.33,0	2.17,6	2.39,3	2.23,4
200 m IM.....	2.32,6	2.20,4	2.38,3	2.25,6	2.44,9	2.31,7
400 m IM.....	5.14,8	4.53,5	5.26,5	5.04,4	5.40,1	5.17,1

Kortbane	775 p.		700 p.		625 p.	
100 m fri svømning...	1.00,7	0.53,8	1.02,8	0.55,7	1.05,2	0.57,8
200 m fri svømning...	2.09,9	2.00,1	2.14,4	2.04,2	2.19,5	2.09,0
400 m fri svømning...	4.32,1	4.12,5	4.41,4	4.21,2	4.52,3	4.31,2
800 m fri svømning...	9.23,0	8.44,2	9.42,4	9.02,3	10.04,8	9.23,2
1500 m fri svømning...	18.02,2	16.22,4	18.39,4	16.56,3	19.22,5	17.35,5
100 m brystsvømning.	1.17,2	1.08,7	1.19,9	1.11,1	1.23,0	1.13,8
200 m brystsvømning.	2.47,0	2.27,1	2.52,8	2.32,2	2.59,4	2.38,0
100 m butterfly.....	1.05,5	0.59,2	1.07,7	1.01,2	1.10,3	1.03,5
200 m butterfly.....	2.22,9	2.09,8	2.27,8	2.14,3	2.33,5	2.19,4
100 m rygcrawl.....	1.07,0	1.00,5	1.09,3	1.02,5	1.12,0	1.04,9
200 m rygcrawl.....	2.24,3	2.09,8	2.29,2	2.14,3	2.35,0	2.19,4
200 m IM.....	2.29,3	2.17,3	2.34,4	2.22,0	2.40,4	2.27,5
400 m IM.....	5.07,7	4.47,1	5.18,5	4.57,0	5.30,8	5.08,4

Nyt fra rekordudvalget

SVØMME NYT

Der har i Svømmesport været skrevet meget om dette års repræsentantskabsmøde, men desværre er nogle af de væsentlige ændringer, som blev vedtaget enstemmigt ikke blevet nævnt. Det gælder således bl. a. vedtagelsen af juniorrekorder og indførelsen af ungdoms-mesterskaber i svømning.
Der har siden repræsentantskabsmødet i april været god gang i rekorderne, som det har kunnet ses af referaterne her i Svømmesport og i dagspressen. Rekordudvalget vil nu gerne summere op og kan anføre, at der siden medio april og indtil 1. september 1977 er godkendt følgende nye danske junior- og seniorrekorder:

Kortbane
100 m crawl: 1.5.77 Henrik Rasmussen 55 Ålborg
Øbro 52,8
200 m crawl: 1.5.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Øbro 1.55,5
400 m crawl: 30.4.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Øbro 4.03,5
4x200 m crawl: 1.5.77 Ålborg Svømmeklub
Jens Brønnum - Nils Rasmussen - Søren W. Larsen
Henrik Rasmussen Ørbo 7.55,5
Kortbane kvinder:
100 m rygcrawl: 8.5.77 Birthe Jørgensen 62 Albertslund
Århus 1.08,3
200 m rygcrawl: 25.4.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken
Århus 2.26,3
400 m medley: 29.4.77 Susanne Nielsson 60 AGF
Øbro 4.53,5
4x100 m medley: 30.4.77 Ålborg Svømmeklub Lotte Hupfeld - Vivi Nielsen - Birgit Rasmussen - Lone Jensen
Øbro 4.39,0
4x100 m crawl: 1.5.77 Albertslund IFs Svømmeafdeling
Mette Klarskov - Nina Irgang - Vibeke Freising
Charlotte Petersen Ørbo 4.06,2

Kortbane mandlige juniorer:
100 m crawl: 1.5.77 Jan Hansen 63 KFUM
Øbro 57,6
200 m crawl: 1.5.77 Henrik Bjerregård 62 Albertsl.
Øbro 2.06,9
400 m crawl: 30.4.77 Finn Essendrop 62 Vest/Br.
Øbro 4.16,5
800 m fri: 4.5.77 Klaes Nielsen 63 AGF
Århus 9.31,2
100 m brystsv.: 30.4.77 Per Bonde Jensen 62 Gladsaxe
Øbro 1.13,5
200 m brystsv.: 1.5.77 Poul Olczyk 62 Vest/Br.
Øbro 2.38,8
100 m butterfly: 1.5.77 Søren Østberg 62 Nakskov
Øbro 1.02,8
200 m butterfly: 30.4.77 Jan Correll 62 Triton/S
Øbro 2.24,5
100 m rygcrawl: 30.4.77 Jan Correll 62 Triton/S
Øbro 1.04,9
200 m rygcrawl: 1.577 Jan Correll 62 Triton/S
Øbro 2.18,5
200 m medley: 30.4.77 Finn Essendrop 62 Vest/Br.
Øbro 2.22,1
400 m medley: 29.4.77 Finn Essendrop 62 Vest/Br.
Øbro 4.54,1
4x100 m medley: 30.8.77 Sædding-Guldager IFs Svømmeafd.
Carl Erik Nissen - René Madsen - Per Clausen
Kim W. Sørensen Varde 4.53,4
4x100 m crawl: 14.5.77 Nakskov Svømmeklub Søren Østberg - Niels J. Larsen - John Hansen
Jan Adolpsen Sakskøbing 4.13,9

Kortbane kvindelige juniorer:
100 m crawl: 1.5.77 Lone Jensen 62 Ålborg
Øbro 1.00,4
200 m crawl: 5.5.77 Tenna Ejstrup 62 AGF
Århus 2.14,5
400 m crawl: 30.4.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb.
Øbro 4.30,6
100 m brystsv.: 30.4.77 Anette Bøgsted 62 Nakskov
Øbro 1.18,7
200 m brystsv.: 1.5.77 Lotte Simonsen 64 Ålborg
Øbro 2.48,2
100 m butterfly: 1.5.77 Tina Petersen 62 Vest/Br.
Øbro 1.09,0
200 m butterfly: 30.4.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb.
Øbro 2.27,2
100 m rygcrawl: 30.4.77 Birthe Jørgensen 62 Albertsl.
Øbro 1.08,8
100 m rygcrawl: 8.5.77 Birthe Jørgensen 62 Albertsl.
Skovb. 1.08,3
200 m rygcrawl: 25.4.77 Gerd Laursen 62 Skovb.
Århus 2.26,3
200 m medley: 30.4.77 Tina Petersen 62 Vest/Br.
Øbro 2.31,6
400 m medley: 29.4.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb.
Øbro 5.13,9
4x50 m crawl: 5.6.77 Albertslund IFs Svømmeafdeling
Vibeke Freising - Line Andersen - Charlotte Petersen
Marianne Halberg Hvidovre 2.02,7
4x100 m crawl: 3.5.77 Albertslund IFs Svømmeafdeling
Mette Klarskov - Birthe Jørgensen - Vibeke Freising
Charlotte Petersen Albertsl. 4.13,3
4x100 m medley: 30.4.77 Albertslund IFs Svømmeafdeling Birthe Jørgensen - Marianne Hallberg
Jutta Andersen - Mette Klarskov Øbro 4.42,8

Langbane mænd:
200 m crawl: 9.7.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Zwevegem 2.00,83
200 m crawl: 23.7.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Århus 1.58,8
400 m crawl: 10.7.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Zwevegem 4.15,03
400 m crawl: 22.7.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Århus 4.11,6
400 m crawl: 26.8.77 Morten Hausborg 61 Neptun
Gladsaxe 4.09,50
1500 m fri: 10.7.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Zwevegem 16.42,81
1500 m fri: 24.7.77 Jens Brønnum 59 Ålborg
Århus 16.40,3

1500 m fri: 28.7.77 Morten Hausborg 61 Neptun Gladsaxe 16.31,83
100 m brystsv.: 22.7.77 Robert Torkelund 59 Triton/S Århus 1.10,9
100 m brystsv.: 28.8.77 Robert Torkelund 59 Triton/S Gladsaxe 1.10,86
200 m brystsv.: 23.7.77 Niels Mortensen 57 Herning Århus 2.33,2
200 m brystsv.: 27.8.77 Niels Mortensen 57 Herning Gladsaxe 2.32,83
200 m medley: 24.7.77 Henrik Rasmussen 55 Ålborg Århus 2.14,2
4x100 m medley: 24.7.77 Ålborg Svømmeklub Henrik Rasmussen - Søren W. Larsen - Nils Rasmussen Jens Brønnum Århus 4.15,7
4x100 m crawl: 22.7.77 Ålborg Svømmeklub Henrik Rasmussen - Søren W. Larsen - Nils Rasmussen Jens Brønnum Århus 3.47,8
4x200 m crawl: 23.7.77 Ålborg Svømmeklub Henrik Rasmussen - Nils Rasmussen - Søren W. Larsen Jens Brønnum Århus 8.18,6

Langbane kvinder:
200 m crawl: 5.6.77 Lone Jensen 62 Ålborg Århus 2.12,4
200 m crawl: 23.7.77 Susanne Nielsson 60 AGF Århus 2.11,1
400 m crawl: 22.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb. Bratislava 4.34,2
400 m crawl: 22.7.77 Susanne Nielsson 60 AGF Århus 4.33,1
400 m crawl: 17.8.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb. Jönköping 4.32,08
400 m crawl: 26.8.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb. Gladsaxe 4.30,52
800 m fri: 23.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb. Bratislava 9.32,2
800 m fri: 25.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovb. Randers 9.26,0
100 m brystsv.: 19.8.77 Susanne Nielsson 60 AGF Jönköping 1.13,57
200 m brystsvøm.: 5.6.77 Susanne Nielsson 60 AGF Århus 2.39,1
200 m brystsv.: 16.8.77 Susanne Nielsson 60 AGF Jönköping 2.37,34
200 m brystsv.: 16.8.77 Susanne Nielsson 60 AGF Jönköping 2.35,34

800 m fri:
5.6.77 Mette Klarskov 62 Albertslund Århus 9.36,7
23.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Bratislava 9.32,2
25.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Randers 9.26,0

100 m brystsvømning:
4.6.77 Lotte Simonsen 64 Ålborg Århus 1.22,6
11.6.77 Lotte Simonsen 64 Ålborg East Kilbride 1.21,6
24.6.77 Lotte Simonsen 64 Ålborg Randers 1.20,6
22.7.77 Lotte Simonsen 64 Ålborg Århus 1.20,0

200 m brystsvømning:
5.6.77 Cecilia Maunsbach 64 Skovbakken Århus 2.55,0
25.6.77 Cecilia Maunsbach 64 Skovbakken Randers 2.53,8
25.6.77 Lotte Simonsen 64 Ålborg Randers 2.53,2

100 m rygcrawl:
5.6.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken Århus 1.11,4
11.6.77 Birthe Jørgensen 62 Albertslund East Kilbride 1.10,3
12.6.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken East Kilbride 1.10,0
18.6.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken Wien 1.09,66
27.8.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken Gladsaxe 1.09,54

200 m rygcrawl:
4.6.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken Århus 2.29,9
31.7.77 Gerd Laursen 62 Skovbakken Horsens 2.29,2

100 m butterfly:
4.6.77 Tina Petersen 62 Vest/Br. Århus 1.12,5
11.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken East Kilbride 1.08,4

200 m butterfly:
5.6.77 Lene Nørbøge - Skovbakken Århus 2.44,1
18.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Wien 2.29,11
23.7.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Århus 2.28,6
23.7.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Århus 2.25,9

200 m medley:
5.6.77 Birthe Jørgensen 62 Albertslund Århus 2.40,8
11.6.77 Lone Jensen 62 Ålborg East Kilbride 2.39,4
11.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken East Kilbride 2.32,3
400 m medley:
5.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Århus 5.20,6
22.6.77 Margareta Maunsbach 62 Skovbakken Bratislava 5.15,2
4x100 m crawl:
11.6.77 Albertslund IF's Svømmeafdeling (Marianne Hallberg - Mette Klarskov - Birthe Jørgensen - Charlotte Petersen East Kilbride 4.19,4
25.6.77 Albertslund IF's Svømmeafdeling: (Vibeke Freising - Mette Klarskov - Birthe Jørgensen - Charlotte Petersen) Randers 4.12,5
22.7.77 Albertslund IF's Svømmeafdeling (Vibeke Freising - Mette Klarskov - Birthe Jørgensen - Charlotte Petersen) Århus 4.11,1

4x100 m medley:
12.6.77 Skovbakkens Svømmeafdeling (Gerd Laursen - Jane Ø. Hansen - Margareta Maunsbach - Lene Nørbøge) East Kilbride 4.50,2

Landshold kortbane mænd:
4x100 m medley:
13.6.77 Jes Gydesen - Robert Torkelund - Klavs Gydesen - Jasper N. Jørgensen Oslo 4.18,0

Landshold langbane mænd:
4x100 m medley:
13.6.76 Jes Gydesen - Robert Torkelund - Klavs Gydesen - Jasper N. Jørgensen Oslo 4.18,0
9.7.77 Henrik Rasmussen - Jasper N. Jørgensen - Klavs Gydesen - Jens Brønnum Zwevegem 4.16,40
27.8.77 Henrik Rasmussen - Robert Torkelund - Jens Klarskov - Jasper N. Jørgensen Gladsaxe 4.10,32
4x100 m crawl:
10.7.77 Henrik Rasmussen - Jesper Brønnum - Jens Klarskov - Jasper N. Jørgensen Zwevegem 3.44,66
26.8.77 Jasper N. Jørgensen - Jens Klarskov - Morten Hausborg - Henrik Rasmussen Gladsaxe 3.41,33

4x200 m crawl:
10.7.77 Jens Brønnum - Henrik Rasmussen - Jasper N. Jørgensen - Jens Klarskov Zwevegem 8.11,09
28.8.77 Jens Brønnum - Morten Hausborg - Jasper N. Jørgensen - Henrik Rasmussen Gladsaxe 8.02,94

Landshold langbane kvinder:
4x100 m crawl:
10.7.77 Lone Jensen - Susanne Nielsson - Lene Rasmussen - Mette Klarskov Zwevegem 4.12,16
26.8.77 Lone Jensen - Lisbeth Nielsen - Charlotte Petersen - Lene Rasmussen Gladsaxe 4.09,06

4x100 m medley:
9.7.77 Gerd Laursen - Susanne Nielsson - Lene Rasmussen - Lone Jensen Zwevegem 4.36,73
27.8.77 Gerd Laursen - Susanne Nielsson - Lene Rasmussen - Lone Jensen Gladsaxe 4.36,42

Landshold langbane kvindelige juniorer:
4x100 m medley:
19.6.77 Charlotte Petersen - Lotte Simonsen - Hanne Kristensen - Lene Pedersen Zürich 4.56,08

4x100 m crawl:
18.6.77 Hanne Kristensen - Lene Pedersen - Lotte Simonsen - Charlotte Petersen Zürich 4.23,05

— — —

Rekordudvalget har foreslået, at der indføres rekorddiplomer som anerkendelse af den præstation, det er, at sætte en dansk rekord. Dette er nu blevet godkendt af FU og diplomerne er i trykken.

Ole Olsen/Søren Korbo.

Rekorder godkendt efter 1. september 1977

10x50 m crawl — langbane jun. drenge:
8.9.77 Glostrup Svømme Klub Glostrup 6.08,2

10x50 m crawl — langbane jun. piger:
8.9.77 Glostrup Svømme Klub Glostrup 5.59,0

8.9.77 4x50 m crawl — langbane jun. drenge:
8.9.77 Glostrup Svømme Klub Glostrup 2.12,4

4x50 m crawl — langbane jun. piger
8.9.77 Glostrup Svømme Klub Glostrup 2.12,8

4x200 m crawl — langbane jun. drenge:
8.9.77 Glostrup Svømme Klub Glostrup 10.48,2

100 m brystsvømning — kortbane jun. drenge:
25.9.77 Hans Henrik Kristensen, 63, Holstebro, Holstebro 1.13,2

4x50 m crawl — kortbane jun. drenge:
8.10.77 Svendborg Svømmeklub Højme 1.57,0

4x50 m crawl — kortbane jun. drenge:
9.10.77 Svendborg Svømmeklub Ollerup 1.55,4

10x50 m crawl — kortbane jun. drenge:
9.10.77 Svendborg Svømmeklub Ollerup 5.11,1

100 m brystsvømning — langbane jun. drenge:
17.10.77 Per Bonde Jensen, 62, Hamburg 1.14,39

4x100 m crawl — kortbane sen. mænd:
29.10.77 Alborg Svømmeklub Maribo 3.41,0

10x50 m crawl — kortbane jun. drenge:
29.10.77 Svendborg Svømmeklub Frederiksberg Svømmehal 5.10,0

4x100 m medley — kortbane jun. drenge:
29.10.77 Sædding-Guldager Vejle 4.41,1

100 m brystsvømning — kortbane jun. drenge:
29.10.77 Hans Henrik Kristensen, 63, Holstebro, Vejle 1.12,9

4x100 m crawl — kortbane jun. drenge:
30.10.77 Idrætsfor. Hasle/Fuglebakken Vejle 4.06,3

4x50 m crawl — kortbane jun. drenge:
30.10.77 Skjold, Birkerød Herlev 1.54,2

4x100 m crawl — kortbane jun. drenge:
5.11.77 Nakskov Svømmeklub Vesterbro Sv.hal 3.59,9

200 m butterfly — kortbane jun. drenge:
17.11.77 Søren Østberg, 62, Nakskov Nakskov 2.18,3

DANMARKSMESTER I REJSEMÅL

LAD SPECIALISTEN I SPORTSREJSER
arrangere Deres rejse næste gang De skal på udebane:

i Danmark
i Europa
i den øvrige del af verden

... det vinder DE ved

Bredgade 28
1260 København K
Telefon (01) 14 91 11

forskellige arrangementer til at betale for sådanne ting som styrketræningsudstyr, træningsure, bensparksplader og rejser til forskellige svømmestævner.

Sp. Barberer svømmerne sig før lokalstævner?

Sv. Barberer sig? Absolut ikke! Ingen af vore piger barberer sig i årets løb og det gør vore drenge iøvrigt ehller ikke. Vi gemmer det til mesterskabsstævnet »The Nationals«, eller hvad det nu måtte være for et mesterskab for aldersklassesvømmerne. I nogle tilfælde må vi barbere os før mesterskaberne for at kunne klare kravtiden to eller tre uger i forvejen. Jeg føler ikke, at dette er den optimale situation, men nogle gange kan det være nødvendigt. Men det er helt klart, at ALLE barberer sig.

Sp. Accepterer du enhver på dit hold?

Sv. Nej! De eneste som har ret til at komme på holdet, er folk, som bor i Mission Viejo. De har ikke retten til at forblive på holdet, hvis de ikke kommer til træningen, men de har retten til at komme på holdet. Vi tillader udefra kommende aldersklassesvømmere, som har to »Pacific Association« tidskrav.
Vi tillader enhver udefra kommende seniorsvømmer, som lever lokalt i Sydcalifornien med sine forældre. Vi accepterer, at svømmere, som har klaret kravet til USA-mesterskaberne, bor hos familier i Mission Viejo. Det er måden, hvorpå vi holder holdstørrelsen nede. Vi har ingen udvidelsesplaner for øjeblikket. Vi har lige tilendebragt planer om at bygge et 25 yards x 25 meter bassin ved siden af vort 50 m-bassin, hvilket vil hjælpe os til at udvide vort aldersklasseprogram. Dette vil tillade os at træne flere svømmere på ét sted, hvilket jeg føler er det bedste. Vi er for øjeblikket spredt på fire steder.

Sp. Hvorledes topper du distancesvømmerne?

Sv. Fire uger før anvender vi et drastisk meterfald. Vi skærer f.eks. ned fra 20.000 til 12.000 m og træner så dette i ca. to uger, hvorefter vi igen skærer drastisk ned fra 12.000 til 6.000 m. Herefter går vi gradvist ned til 4.000 m. De forbliver på 2 daglige pass hele tiden. Jeg har prøvet gradvis reduktion og den mere drastiske metode. Jeg holder af den sidstnævnte. Det har givet mig mere succes. De synes at vænne sig bedre til den pludselige hvile end til den gradvise. Jeg tror, at du må bruge længere tid, hvis du bruger den gradvise metode. Det er mine erfaringer.

Sp. Svømmer I høj kvalitet i topningsperioden, f.eks. 100ere med 10 min. pause?

Sv. Nej, ikke med en så lang pause. De sidste to—tre uger svømmer vi med mindre intensitet, mindre sprint, men med noget specifikt, så de får fornemmelse for tempo. Jeg tror, at det værste man kan gøre, hvis man har trænet hårdt hele året, er at træne meget, meget hårdt de sidste to—tre uger. Hvis du ikke har trænet hårdt, når du kommer til de sidste par uger, er der intetsomhelst at gøre. Det vigtigste er at udvikle fartfornemmelsen, at få selvtillid, gøre nogle få »broken« for at fornemme, hvad man vil gøre i løbet. Man skal ikke gøre en masse træning de sidste par uger. Som min gamle træner sagde: »Høet er i laden«.

Sp. Hvor meget af Jeres træning er på langbane og hver meget er på kortbane?

Sv. Det var en dejlig oplevelse at træne nogen i et kortbanebassin i september, eftersom jeg ikke rigtigt havde gjort det i 18 måneder. Vi trænede vort eftermiddagspass på langbane fra april '75 til august '76. Om morgenen trænede vi ganske vist på kortbane. Normalt træner vi altid weekend-passene på langbane, begge pass. Normalt træner vi kortbane alle hverdage igennem kortbanesæsonen.

Sp. Hvordan svømmer I ben- og armtag i jeres træning?

Sv. Vi prøver at variere disse ting. Med hensyn til armtag, har vi en standard-procedure, idet det meste armtag foregår med ring, pull-buoy og håndplader. Vi er imidlertid meget opmærksomme på skulderproblemer og jeg tror, at ring og håndplader er to faktorer, der bidrager til disse problemer. Når de er ved at udvikle ømme skuldre, fritager vi dem nogle gange for håndplader eller ring eller begge dele i en periode og sætter dem så på igen efter en periode. Bentag svømmer vi både med og uden plade, med og uden svømmefødder. Vi blander det meget. Vi prøver at variere træningen med mange forskellige former for bentag.

Sp. Blander du nogensinde bentag og armtag i en serie?

Sv. Ja, det gør vi — i alle svømmearter. Nogle gange gør vi også sjove serier med svømmefødder — de svømmer bentag den ene vej og rigtig svømning den anden vej. De kan virkelig godt lide det. Vi beder dem om at se, hvor tæt de kan komme på verdensrekorden med svømmefødder på. For nogen af svømmerne, er det den eneste chance, de får til at svømme stærkt.

Sp. Hvordan afgjorde du, hvilke af dine olympiske svømmere, der skulle med til USA-mesterskaberne efter Montreal?

Sv. Jeg overlod det faktisk til de olympiske svømmere selv, om de ønskede at tage til mesterskaberne eller ej. Det er min fornemmelse, at mange af disse svømmere havde betalt prisen i mange, mange år, og selvom vi behøvede dem ved mesterskaberne for holdets skyld, overlod jeg det til dem selv.
I Shirley Babashoffs tilfælde, besluttede hun sig til ikke at deltage. Hun havde en meget skuffende deltagelse i OL. Je g ved ikke, hvad hun var skuffet over, men hun regnede med, at hun skulle vinde alt. Det troede hun virkelig, så hun følte, at hun ikke havde et succesfyldt OL. Hun ønskede ikke at deltage i mesterskaberne og det respekterede jeg. Vi følte derimod, at vi kunne vinde vor første titel i den samlede stilling for herrer og vi havde talt om det hele året ligesom vi havde talt om OL. Drengene var derfor psykologisk sat op til at tage fra det ene til det andet. De andre piger kom tidligt hjem for at træne til mesterskaberne. De blev ikke til afslutningsceremonien. Motivationen var løftet om udenlandsrejser.

Sp. Har I en pauseperiode?

Sv. Vi holder pause i tre uger — 1 måned efter langbanemesterskaberne, alt afhængig af, hvornår skolen starter. Den første skoledag, starter vi træning 2 gange dagligt, og vi fortsætter hermed indtil de næste udendørsmesterskaber.

Sp. Hvordan motiverer du svømmerne til at fortsætte svømning efter en begivenhed som Olympiske Lege?

Sv. Bevarer deres succes. For at være entusiastisk med svømning, må du være succesfuld. De må fortsat vinde, det vil bevare deres entusiasme. Det er vor målsætning for øjeblikket. Det kan se ud som et enkelt svar, men det er jo, hvad et drejer sig om. En masse folk taler om »aldersklasseudbrændthed«. Det tror jeg ikke på. Jeg tror, at det er mangel på motivation. De fleste af de aldersklassesvømmere, der holder op, er de svømmere, som begynder at tabe. Den 10-årige som har vundet rub og stub, bliver 11 år og hundemad i den ældre aldersgruppe. Det er dem, der bliver skuffede. Det er lige meget, hvor langt de svømmer. De vil skuffes med mindre, manhar en træner ved sin side, som beviser for den pågældende, at tiderne stadig bliver bedre. Man må fremhæve det positive. Manglende motivation er årsagen til, at de stopper.

Sp. Hvordan klarer du den psykologiske forberedelse, hvis de skal sidde og vente en time eller to mellem løbene?

Sv. Personligt foretrækker jeg, at de går hen for sig selv de sidste tyve minutter for at blive mentalt klar. Vi har imidlertid svømmere, som bare går omkring og taler med folk og går op på startskampen og har det storartet. Jeg foretrækker altså, at de går afsides, men det er igen individuelt.
Nogle sætter jeg til at svømme løst for at de kan tænke på noget andet, fordi de er nervøse. Igen tror jeg, at

det er individuelt. Vi opmuntrer de fleste af vore svømmere til at være på tilskuerpladserne, enten heppende eller liggende for at hvile. 15 minutter før deres løb går de så ned i opvarmningsbassinet for at løse op.

Sp. Hvordan bevarer du dem psykologisk positive overfor deres løb?

Sv. Vi deltager hvert år i et kursus kaldet »Positive Image Psychology« på »The Pacific Institute of America«. Det er vigtigt, at de kan forestille sig situationen umiddelbart før løbet, og det er vigtigt, at de danner sig et klart billede året igennem.
I otte måneder før de Olympiske Lege, skrev Brian Goodell i sin træningsdagbog, hvordan han sad hjemme om natten før han gik i seng og tænkte på OL. Han forestillede sig, hvordan tilskuerne ville være, hvordan løbet ville være, hvordan det var at komme først oog reaktionen efter at have vundet OL. Han forestillede sig, at han så op på tilskuerpladserne og så sine forældre. Han tænkte på, hvordan det ville føles at stå på sejrsskamæen og få en medalje hængt om halsen. Han fortalte mig, at da det skete, var det som en drøm, han havde gennemlevet i forvejen. Han havde set alle disse ting ske i otte måneder. Jeg tror, at det kan give noget og at det er noget, trænere skulle se nærmere på. Jeg anbefaler varmt det omtalte kursus.

Sp. Fører alle dine svømmere træningsdagbøger?

Sv. Ja, de fører træningsdagbøger hver dag og vi kontrollerer dem en gang om ugen. De skriver kommentarer til træningen, træningspassene, deres bedste tider på en progressiv 100 m-serie. De skriver deres første 100 m-tid og deres tiende tid. De nedskriver deres mellemtider fra stævner. De holder rede på deres bedste tider. Jeg har den opfattelse, at dette er særdeles vigtigt.

Sp. Gælder det også aldersklassesvømmerne?

Sv. Ja, vore bedste aldersklassesvømmere fører dagbog. Dette er hovedsageligt vore bedste ni—elleveårige.

Sp. Hvordan varmer dine svømmere op ved mesterskaberne?

Sv. Først skal de svømme uafbrudt. Derefter laver vi spurter med vore 100 m-svømmere med så meget pause de ønsker. Vi presser dem ikke. Vi benytter os ikke af startintervaller. Dette er først og fremmest for at de skal fornemme løbshastigheden. Svømmeren skal tro på, at han kan svømme stærkt og vide, at han kan klare de sidste 50 meter. Han vil svømme to 50ere med start nedefra i 100 m tempo, og derefter to 25ere med startspring som opbyggende sprint. Han vil sige: »Træner, jeg gik 8,9 på en opbyggende sprint. Hvad sker der så, når jeg virkelig går stærkt fra starten?«. Dette får dem til at føle sig godt tilpas, fordi det var hurtigt og det var let. Nogle sprintere kan lide at gøre mere end to 25ere. Vi vil så lade dem svømme flere, men fire er maksimum. Man skal ikke efterlade selve løbet i bassinet med en bunke sprinter. Forhåbentlig har man gjort det fornødne i sæsonens løb og derefter hvilet og løst ordentligt op. Du har gjort lidt pacesvømning. Du er klar. Jeg tror ikke på, at ti—tolv maksimale 25ere er nogen god opvarmning.
200 m-svømmerne vil gøre nogenlunde det samme — fire gange 50 pace start nedefra, progressivt og forsøge at ramme løbshastigheden på de sidste tre, som forhåbentlig også vil være progressive i selve løbet. 400 m-svømmerne udfører 4x100 m progressivt, således at de tre sidste udføres med løbshastighed. 1500 m-svømmeren svømmer 5—8x100 progressivt med tiendedele fra det tempo, man ønsker at svømme løbet i. Nogen gange kan det være mere behageligt at starte langsommere end løbstempo og komme ned på løbshastighed. Det er så lettere for dem på det tidspunkt, de når finalen at sige: »Træner, jeg ønsker at arbejde mig ned til det og det«. Jeg vil være den sidste til at sige nej. Du starter her og gør det sådan, for hvis han ikke gør det, vil det psykologisk set være dårligt.

Sp. Hvis de skal vente 45 minutter efter indsvømningen, hvordan vil det så påvirke dem?

Sv. Lige før løbet er det nødvendigt at hoppe ned i opvarmningsbassinet igen og svømme let for at løse op. Jeg tror ikke, at hurtig svømning er nødvendig.

Sp. Hvis de ikke kan komme i bassinet, hvad så?

Sv. Så tror jeg, at en varm bruser og noget let gymnastik (armsving, noget, der udvider blodkarrene) for at få blodet til at flyde til musklerne. Hvis de er kolde, vil de få problemer. Et af problemerne ved OL var, at de ikke ville lade svømmerne bruge opvarmningsbassinet umiddelbart før de skulle svømme.

Sp. Anvender du »broken-serier« i topningsperioden?

Sv. Ind imellem vil jeg lade dem svømme en forberedt 200 m opvarmningsserie og når de så er varmet op, vil jeg lade dem svømme en let »broken 200« og så en hurtig. Jeg kan også lade dem svømme en serie på fem og få dem til at forbedre sig til en virkelig god sidste 200 meter og måske endda give dem en bestemt tid. De sidste 6 uger vil jeg lægge stor vægt ved en serie på 5x»broken 200«.

Sp. Jeg hører, at dine svømmere når 30.000 m dagligt, er det sandt?

Sv. Det er en oversimplificering af, hvad vi gør. Vi har en masse svømmere, der svømmer 20.000 m om dagen. Vi har også en masse svømmere, der ikke kommer i nærheden af dette, men jeg har fundet frem til, at metertallet er vigtigt for distancesvømning. Det er også vigtigt, hvordan dette metertal udføres. Vi svømmer så langt med vore bedste 1500 m-svømmere.

Træner-konferencen 1977

Af Kaj Ågård og Jens Nielsen

DSF's kursusudvalg havde i samarbejde med Dansk Svømmetræner Sammenslutning lavet en konference den 14.—15/11 med den overordnede titel: Hvordan forbedrer vi dansk svømning?
En sådan titel indicerer to ting: 1) at dansk svømnings standard ikke er god nok og 2) at der er muligheder for at forbedre standarden. Det første lægger op til en retrospektiv og beskrivende analyse af dansk svømnings fysiske rammer og det andet til futurisk planlægning.

Analysen

Ressourcerne: Danmark hører til de lande i Europa, som har de bedste og fleste faciliteter i form af svømmehaller og friluftsbade i forhold til antallet af indbyggere. I forbindelse med udnyttelsen af disse, melder der sig dog enkelte steder problemer med at få tilstrækkelig adgang til disse, mens det andre steder kniber med en effektiv udnyttelse af den tildelte halplads.
Geografi: Danmark ligger på et forholdsvis lille område, når man sammenligner med mange andre lande. Vi har let ved at nå fra den ene ende af landet til den anden på en overkommelig tid.
Økonomi: På klubbasis har danske klubber gode muligheder for at have en god økonomi. Der gives gode støttemuligheder fra kommuner og sponsorer. Mange danske klubber drives rationelt og forretningsmæssigt, hvilket betyder at mange danske klubber har bedre økonomi end klubber andre steder i det vestlige Europa.
Forbundsøkonomi: Regnskaberne har jo ikke vist de helt store summer hverken i Kursus- eller i Svømmeudvalget. I hvert fald for lidt til den store uddannelsesaktivitet og for lidt til tilrettelæggelse og planlægning og dermed satsning nogle år ud i fremtiden. Selvom der i fremtiden skulle være flere penge at hente gennem DOK og DUKA kniber det med at få overblik over hvor store beløb, der rent faktisk er til rådighed, ligesom Mærke og idé-udvalget ikke ser ud til at have været den store indtjeningssucces man regnede med det ville blive. Konkluderende må det fastslås at økonomien ikke er god til den store internationale satsning.
Uddannelse: Uddannelsessystemet er under stærk udvikling. Kursusudvalget ligger inde med planer for en lederuddannelse. Dommeruddannelsen er sat igang og kører i øjeblikket landet over. Der er kommet bedre struktur i trænernes kurser. A og B-kurser afholdes regelmæssigt, ligesom de revideres sideløbende, således at de er tidssvarende. Et tiltrængt C-kursus er på trapperne. Der skal blot bevilges et vist beløb før det bliver sat igang.
Trænere: Danmark råder over mange dygtige trænere (hvoraf flere er udenlandske) og efterhånden som uddannelsessystemet udvikles stiger antallet. Stemningen blandt trænerne for at gøre en samlet indsats er mere positiv end nogensinde. I store træk er man enige om, hvad der bør gøres.
Ledere: Også lederne på forbundsplan er mere positive og lydhøre end nogensinde. Der er sat en god dialog igang gennem trænerrepræsentanter i Kursus- og Svømmeudvalgene. Desværre har den gennemsnitlige levetid for lederne i dansk svømning generelt været for kort, men den forhåbentlig forestående lederuddannelse giver håb om en bedring af dette forhold.
Samlet og realistisk må det konkluderes at vi i Danmark har mulighederne for i det mindste at kunne hævde os på niveau med svenskerne og nordmændene.

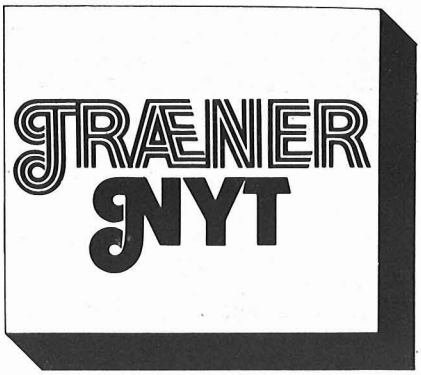
Målsætningen og planlægningen:

Økonomien: Forbundet må sætte alt ind på at skaffe penge, evt. gennem afholdelse af en økonomi-konference i lighed med svenskernes nyligt afholdte.

Konsulent: Trænerkonferencen diskuterede det formålstjenlige i at ansætte en konsulent på heltid, hvis opgaver bl.a. kunne være:

1) Iværksætte et svømmeskoleprogram på nationalt plan efter svensk og norsk model.
2) Udarbejde materiale og publikationer for ovennævnte virksomhed med detaljeret redegørelse for, hvad klubberne der følger DSF's program tilbyder medlemmerne.
3) Få mærke- og idéudvalgets arbejdsområder op at stå — mere proffessionelt.
4) Arbejde på at opnå og vedligeholde kontakter til den videnskabelige forskning (fx. Aug. Krogh).

Der var stort set enighed om, at man ikke skal ansætte en landstræner.
Svømningen: Den korteste langsigtede målsætning må være Moskva 1980, hvor der må satses på et hold på 6—8 stk., som må kunne placere sig i den bedste halvdel. Andre mål på vejen frem, må være at videreudvikle og stabilisere vores juniorlandshold til progressive internationale opgaver. Arbejdet med juniorholdet må foregå som en integreret del af seniorholdet. DSF må således satse på senior- og juniorsvømmere, mens klubberne selv må sørge for at udvikle årgangssvømmere — også internationalt. Man går altså ind for at tilgodese elite såvel som bredde, med kvalificeret konkurrence på alle niveauer.
I den indledende fase må cet være væsentligt at matche vore svømmere med jævnbyrdige eller lidt bedre modstandere. Vi må altså hver gang selv udvælge vores modstandere og hver gang opsætte et bestemt mål for vores resultat mod netop denne modstander, som fx. i år kunne være at vinde juniorlandskampen mod Norge og fx. vinde damesiden og



blive nr. 2 på herresiden i landskampen mod Norge og Polen. Ets skridt på vejen må fx. også være at satse på at vinde Europa Cup C for såvel damer som herrer i 1979. Vi kan bedst udvikle vore individualister til topsvømmere(internationalt) gennem at udvikle et helt hold. Forbundet må prøve at komme yderligere og stærkere ind i planlægningen og kontakten med de aktive. Der må føres en vis kontrol med de aktive. Det må gøres attraktivt at satse på store internationale opgaver. Svømmerne må føle, at også nogle udenfor klubberne er interesseret i dem, således at de i højere grad motiveres til det grove arbejde.
Forbundets Svømmeudvalg må — i alle udtagelsesopgaver — opstille generelle retningslinier for udtagelse af ledere, trænere og svømmere. Trænere til VM og til EM må udtages lang tid i forvejen således at disse har rimelig tid til at lære de implicerede parter at kende. Det samme må selvfølgelig gælde ledere.
Træningslejre for kandidater til store internationale opgaver må tilrettelægges lang tid i forvejen. Både ledere og trænere bør være til stede under disse lejre.
Forbundet må for hver sæson opsætte en sådan aktivitetsplan og gøre sig klart hvad målet for hver aktivitet er og således ikke være bange for at stille krav og forventninger til svømmere og trænere, såvel som til sig selv.

Unionerne: Trænerkonferencen diskuterede perifert, hvordan unionerne kan bidrage til højnelse af dansk svømnings standard og fandt at en af unionernes væsentligste opgaver må være at forhandle med de kommunale myndigheder om adgang til hallerne i de tilfælde, hvor der ikke er direkte kontakt mellem klubben og kommunen, ligesom det ville være ønskeligt at unionerne tager initiativ til forhandlinger med klubber om sammenlægninger, især i de tilfælde hvor flere klubber deles om en hal. Målet for klubbernes strukturering i unionerne må være, at der er **en klub for hvert rådhus.**
Gerne med udgangspunkt i ovennævnte opfordrer trænerkonferencen alle deltagere på lederkonferencen at diskutere og tage stilling til i hvert fald to spørgsmål:

1) Hvad kan forbundet gøre for at skaffe penge?
2) Er det en idé, at ansætte en konsulent, med de nævnte arbejdsopgaver?

NYT FRA DANSK LIVREDNINGS FORBUND

DLF's kontor

Fra 1. december 1977 flytter kontoret til: Vebersvej 9, 7400 Herning, tlf. (07) 12 02 73.

Kontortid: Mandag tirsdag, onsdag, torsdag og fredag kl. 12-15.

DLF's prøver:

1. Sølvfrøen
2. Guldfrøen
3. 1000 m-prøven
Målsætning:
selvredning
4. Frisvømmerprøven
5. Bjærgeprøven
6. Livredderprøven

Sølvfrøen

Mælrket er indstiftet af DLF i 1976 og tilegnet aldersgruppen 4-7 år.

Kravene er:
* at springe på benene fra bassinkant eller bro ud på lavt vand;
* at dykke sig med hele kroppen og hovedet under vandet;
* at svømme 15 meter på lavt vand.

Diplom og mærke med kæde koster 15 kroner.

Guldfrøen

Mærket er indstiftet af DLF i 1976 og tilegnet nybegyndere i livredning.

Kravene er:
* at springe på benene fra bassinkant eller bro ud på dybt vand;
* at svømme 100 meter;
* at flyde og/eller »træde i vande« på dybt vand i 1 min.
* at dykke på dybt vand og tage en genstand op fra bunden.

NB: Ved dybt vand forstås en så stor vanddybde, at prøvetagere ikke kan bunde.

Diplom og mærke med kæde koster 15 kroner.

Sølvfrø- og guldfrøprøven

kan arrangeres af svømmelærere, livreddere, foreninger og skoler og kan aflægges i svømmehal, friluftsbad eller i åbent vand — og alle kan uanset alder aflægge prøverne.

DLF anbefaler, at de yngste prøvetagere sikres med livline.

Diplom udleveres gratis efter bestået prøve.

Mærker og diplomer fås ved henvendelse til DLF's kontor.

1000 meter svømmeprøven

1000 m fri svømning uden pause.

Prøven kan erhverves af alle, uanset alder, blot de gennemfører 1000 m fri svømning uden pause.

Til at kontrollere prøven kræves der ikke en autoriseret livredningsdommer. Det er tilstrækkeligt, at prøvetagerens svømmelærer eller en person, der har tilknytning til svømmesport, attesterer, at prøven er korrekt gennemført.

Prøven kan arrangeres af svømmelærere, livreddere, foreninger og skoler. Prøven kan aflægges i svømmehal, friluftsbad eller åbent vand.

Prøvens arrangør kan ved at indsende en rekvisition til DLFs kontor få tilsendt det fornødne antal svømmediplomer og silkestofmærker.

Hvem kan tage DLF's prøver?

Til prøverne kan enhver indstille sig, uanset om vedkommende er medlem af en forening under Dansk Svømme- og Livredningsforbund eller ej.

Frisvømmer-prøven

1. 400 m brystsvømning eller crawl.
2. 25 m crawl.
3. 50 m rygcrawl eller rygsvømning med overtag.
4. 25 m bjærgning af forestillet bevidstløs.
5. Dykning efter genstand (i 2 m dybde) fra udspring på hovedet. (6 m afstand).
6. Startspring.
7. Hovedspring fra 1 m højde.
8. Kendskab til indblæsningsmetoden.

Til frisvømmerprøven kan alle, uanset alder, indstille sig.

ad 1: Den valgte svømmeart skal gennemføres hele distancen.

ad 3: Der kan vælges mellem rygcrawl eller rygsvømning med overtag. Den valgte svømmeart skal gennemføres hele distancen.

ad 4: Mediet skal være at nogenlunde samme størrelse som bjærgeren. Der skal lægges vægt på korrekt udførte bjærgningsbevægelser.

ad 5: Efter udspringet er undervandssvømning tilladt. Udspring på hovedet må kun foregå, hvor der er tilstrækkelig vanddybde. Skulle der på prøvestedet ikke være tilstrækkelig dybde til dykningen, kan det tillades., at den prøvende dykker skråt ned. For hver halve meter, der mangler i dybden, skal der gives yderligere 2 m undervandssvømning.

ad 6: Springet skal være et strakt, fladt hovedspring, der med et kraftigt afsæt og armsving bringer prøvetageren langt frem og glidende gennem vandoverfladen.

ad 7: Springet bør så vidt muligt udføres fra 1 m vippe. Hvor forholdene ikke tillader dette, kan springet foretages fra fast bro eller lignende i samme højde. Springet skal være strakt. Under en fjedrende 1 m vippe skal vanddybden være mindst 3,40 m.

ad 8: Prøvetageren skal kende teorien til indblæsningsmetoden, som angivet i »Livredning for skoleungdommen«, udgivet af Dansk Livrednings-Forbund og vise metoden på et fantom.

Frisvømmerprøvens otte discipliner kan aflægges enkeltvis i løbet af et kalenderår. Prøven er kun bestået, når samtlige discipliner er godkendt.

Til at kontrollere frisvømmerprøven kræves der ikke en autoriseret livredningsdommer. Det er tilstrækkeligt, at elevens svømmelærer eller en person, der har tilknytning til svømmesport, attesterer, at prøven er korrekt gennemført.

Prøvens arrangør kan ved at indsende en rekvisition til DLF's kontor få tilsendt det fornødne antal frisvømmerbeviser og stofmærker.

LIVREDNINGSFORMÆND:

KSU: Edith Olsen
Bülowsvej 44, 4. tv.
1870 V, tlf. 01 - 35 79 65

SSU: Elin Søndergård-Nielsen
Slåenbakken 10
3460 Birkerød, tlf. 02 - 81 19 87

FSU: Børge Andersen
Belvedere 35, 5700 Svendborg
Tlf. (priv. 21 59 70) (kontor: 09 - 21 22 21)

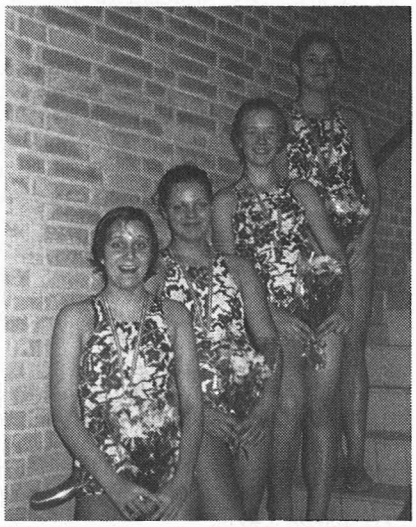
SUS: Grethe Ericksson
Skovgårdsvej 49, 4900 Nakskov
Tlf. (priv. 03 - 92 09 33) (kontor: 03 - 92 03 93)

JSU: Jørn Thomsen, Vebersvej 9
7400 Herning, tlf. 07 - 12 02 73

Igen spændende junior-mesterskaber

Af Bue Foldager

SYNKRO NYT



ITIs fire piger, der blev juniormestre i Nykøbing F. Fra venstre Lone Jensen (3 dobbelt mester), Gitte Rosén, Jane Petersen og Charlotte Holm Larsen (dobbeltmester).

Nykøbing F. Svømmeforening stod sammen med SUS og DSF i weekendenden 19-20. november for forbundets årlige synkro-juniormesterskaber, hvor nøjagtigt samme antal deltagere som i fjor — 22 fra 7 klubber — var anmeldt. Arrangementet klaredes med bravour i Nykøbing F-Hallen, hvor lokale båndamatører eminent stod for musikarrangementet.

Lørdag aften indledtes med figur-konkurrencen, som afvikledes i løbet af en times tid, takket være 2 dommerpaneler a 5 dommere med 2 kvikke beregner-hold. Den udtrukne figurgruppe blev nr. 2, bestående af flg. 6 figurer: Eiffeloverslag - Dolfolina - Somersub - Barracuda med baglæns salto og 1/2 spin - Kip - og Swordalina.

De frie musikprogrammer blev bedømt af 7 dommere — og for første gang benyttedes den nye internationale karakterskala, hvor de frie øvelser tæller lige så meget som figurerne (i modsætning til tidligere, hvor de kun talte halvt så meget).

Alle mesterskabsplaketterne blev erobret af ITI, Frederiksberg - alle sølvplaketterne af Nykøbing F. SF (efter at de havde ført både i solo og duo efter figurkonkurrencen) - hvorimod OSLF, der vandt bronze i solo og duo, første gang måtte se deres hold besejret knebent af Nakskov.

Resultater (figurer + frie = slutresultat):

Solo:

1. Lone Jensen, ITI . . . . . 66,94 + 72,00 = 138,94
2. Lisbeth Hansen, Nyk.F SF . . . . . 67,27 + 64,00 = 131,27
3. Vivian Zink, OSLF . . . . 61,99 + 57,00 = 118,99
4. Gitte Rosén, ITI . . . . . 60,20 + 52,00 = 112,20
5. Gitte Siedentoft, Nakskov . . . . . 57,23 + 53,00 = 110,23
6. Anne Munch, Nyk. F SF . 56,62 + 52,00 = 108,62
7. Lise Loft Christensen Skovbakken . . . . . 53,45 + 48,00 = 101,45
8. Henriette Justesen, Skovbakken . . . . . 51,70 + 49,00 = 100,70
9. Pia Jacobsen, Nakskov . . 52,09 + 46,00 = 98,09
10. Pia Clausen, Nakskov . . 49,29 + 47,00 = 96,29
11. Marianne Jensen, Tommerup . . . . . 45,83 + 47,00 = 92,83
12. Jette Lind Thomsen, Skovbakken . . . . . 48,80 + 44,00 = 92,80
13. Anne Dorte Madsen, Tommerup . . . . . 47,45 + 45,00 = 92,45
14. Lajla Vang, Gudhjem . . . 41,51 + 42,00 = 83,51

Duo:

1. Charlotte Holm Larsen Lone Jensen, ITI . . . . . 60,72 + 66,00 = 126,72
2. Lisbeth Hansen Anne Munch, Nyk. F SF . . . 61,95 + 58,00 = 119,95
3. Vivian Zink/Ann Kjer, OSLF . . . . . 60,36 + 55,00 = 115,36
4. Gitte Siedentoft Pia Clausen, Nakskov . . . . . 53,26 + 51,00 = 104,26
5. Lise Loft Christensen Henriette Justesen, Skovbakken . . . . . 52,58 + 51,00 = 103,38
6. Anne Dorte Madsen Marianne Jensen, Tommerup . 46,64 + 51,00 = 97,64
7. Pia Jacobsen Helle Westen, Nakskov . . . . 49,56 + 46,00 = 95,56

Hold:

1. ITI, Frederiksberg (Lone Jensen/ Gitte Rosén/Jane Petersen/ Charlotte Holm Larsen) . . . . 60,00 + 60,00 = 120,00
2. Nykøbing F. SF (Lisbeth Hansen/ Anne Munch/Helle Sloth/ Karin Mikkelsen) . . . . . 59,36 + 54,00 = 113,36
3. Nakskov SK (Gitte Siedentoft/ Pia Clausen/Pia Jacobsen/ Helle Westen) . . . . . 51,41 + 47,00 = 98,41
4. Odense SLF (Vivian Zink/Ann Kjer/ Ingelise Poulsen/Lisbeth Madsen) . . . . . 50,69 + 46,00 = 96,69

Ved den afsluttende sejrsceremoni, forestået af Egon Hansen, overrakte Nykøbing F. SF samtlige deltagere en smuk buket blomster — og synkroudvalget kunne meddele, at foruden årets juniormestre var nr. 2 i duo samt nr. 2 og 3 i solo udtaget til at repræsentere Danmark ved den nordiske juniorlandskamp, der afvikles i Sverige 4.-5. marts næste år.

DJB på Fyn

Der var tilmeldt 8 klubber, og det er glædeligt at se det stigende antal deltagere.
Tommerup Svømmeklub fortjener ros for det veltilrettelagte og velgennemførte arrangement.
Ved stævnet blev der sat personlige rekorder af Hanne Christiansen, Kim Lisbjerg og Jørgen Feldborg, AGF, samt Heide Sørensen, Dragør. Foruden medaljerne, blev der uddelt præmier udsat af prngeinstitutterne og næringsdrivende i Tommerup.
Efter mesterskaberne var der arrangeret pokalstævne - Tommerup Cup - med deltagelse af fem klubber.

Resultaterne:

3 m piger
1. Conni Grell, Videbæk 235,75
2. Hanne Christiansen, AGF . . . 232,25
3. Birgitte Dooleweerdt Videbæk 225,75

1 m drenge
1. Kim Lisbjerg, AGF 263,05
2. Hans Lomholt, IHF 205,25
3. Frank Andersen, FREM 183,20
4. Jan Lehné, Dragsholm 176,00
   Jørgen Feldborg, AGF 176,00
6. Rene Clausen, FREM 167,00
7. Kim Lehné, Dragsholm 128,45

3 m drenge
1. Kim Lisbjerg, AGF 286,55
2. Jørgen Feldborg, AGF 234,45
3. Hans Lomholt, IHF 219,70
4. Rene Clausen, FREM 219,40
5. Mogens Jensen, Nord 217,05
6. Jan Lehné, Dragsholm 205,90
7. Frank Andersen, FREM 183,55

1 m piger
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 229,55
2. Birgitte Dolleweerdt Videbæk 215,85
3. Conni Grell, Videbæk 210,05
4. Bente Bloch, MK 31 148,35
5. Heidi Birgitte Sørensen Dragør 147,30
6. Tina Brøndum Josephsen Dragør 97,30

Tommerup pokalstævne - seniorer (Tommerup Cup)

Damer
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 168.35
2. Birgitte Dooleweerdt Videbæk 154,05

Herrer
1. Claus B. Thomsen, Hermes . . 283,40
2. Kim Lisbjerg, AGF 225,60
3. Søren Svejstrup, Hermes 208,80
4. Henning Lind, FREM 199,15
5. Preben Lisbjerg, AGF 197,80
6. Hans Lomholt, IHF 183,75
7. Rene Clausen, FREM 174,30
8. Johnny Andersen, FREM . . . 164,70

Pokalstævnet

Damer junior - 1 meter
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 202.45
2. Birgitte Dooleweerdt, VSC . . . 184.40
3. Conni Grell, VSC 178.55
4. Bente Block, MK 31 . . . . . 115.45
5. Heidi Sørensen, Dragør 113.65
6. Tina Brøndum Josephsen, Dragør 60.85

Herrer junior - 1 meter
1. Kim Lisbjerg, AGF 269.00
2. Hans Lomholt, IHF 207.15
3. Mogens Jensen, NORD 200.45
4. Frank Andersen, FREM 172.90
5. Lars Bak Pedersen, NEJST . . 147.50
6. Niels Wolthers, IHF 131.50

Dame-senior — 1 meter
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 240.65
2. Hanne Østerlund Knudsen, Tørring 203.70

Herrer senior — 1 meter
1. Claus Thomsen, Hermes 424.90
2. Kim Lisbjerg, AGF 361.05
3. Johnny Andersen, FREM . . . 307.45
4. Egon Nielsen, AGF 283.70
5. Henmning Lind, FREM 211.30

Herrer junior — 5 meter
1. Kim Lisbjerg, AGF 159.40
2. Hans Lomholt, IHF 134.30
3. Morten Hjelt, Triton 129.25

Damer senior — 5 meter
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 191.35

Herrer senior — 5 meter
1. Claus Thomsen, Hermes 333.60
2. Kim Lisbjerg, AGF 257.80

Damer junior — 3 meter
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 208.50
2. Conni Grell, VSC 203.70
3. Birgitte Dooleweerdt, VSC 201.05
4. Bente Block, MK 31 . . . . . 129.20

Herer junior — 3 meter
1. Kim Lisbjerg, AGF 277.10
2. Hans Lomholt, IHF 238.45
3. Mogens Jensen, NORD 213.60
4. Frank Andersen, FREM 197.45
5. Lars Bak Petersen, NEJST . . 143.15

Damer senior — 3 meter
1. Hanne Christiansen, AGF . . . 286.05

Herrer senior — 3 meter
1. Claus Thomsen, HERMES . . 442.65
2. Kim Lisbjerg, AGF 357.35
3. Johnny Andersen, FREM . . . 333.00
4. Egon Nielsen, AGF 241.10
5. Per Møller Jensen, NEJST . . . 212.20

Springere i udlandet

For 2. gang indenfor én måned har en dansk juniorspringer kastet glans over dansk udspring.
AGF's 2 danske juniormestre, Hanne Christiansen og Kim Lisbjerg deltog i Sweed Expo Cup i Värnemo i Sverige den 8-9. oktober. I konkurrence fra 3 m blev Hanne Christiansen nr. 5, og Kim Lisbjerg blev nr. 1 med 256,80 p foran Kjell Liljeberg der fik 221,30 p.
Man kan med glæde konstatere, at en grundig optræning af springerne giver store resultater.

VI BEKLAGER

SVØMMESPORT nr. 6 er denne gang forsinket med ca. 14 dage, hvilket vi beklager.

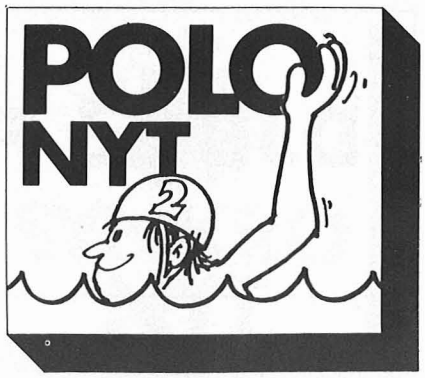
Stof og annoncer til næste nummer af bladet, der udkommer sidst i februar måned skal være os i hænde senest den 27. januar.

God fornøjelse og godt nytår.

REDAKTIONEN

Esbjerg suveræn mester

Af John Samuelsen



Esbjerg blev vinder af de Danske drenges Mesterskab i vandpolo på en så overbevisende måde, at det er overordentligt rimeligt at kalde dem suveræne mestre.

Maksimumpoint og en målscore på 54—15 taler næsten for sig selv, og hvis vi specificerer det lidt, bliver det endnu tydeligere. Sejrscifrene i de enkelte kampe blev: 9—4 over Kvik, 11—2 over Ringe, 6—0 over Frem og 23—5 over stakkels Triton.

Inden mesterskaberne i Højme Svømmehal havde Esbjerg besejret Ålborg med 5—4, hvilket resultat også talte med, denne kamp, som altså var spillet tidligere, havde det været rart også at have haft på programmet, da Ålborg åbenbart er det eneste hold der kan byde Esbjerg modstand.

Mesterskaberne blev afviklet i Højme Svømmehal på Fyn i weekenden den 26. og 27. november. Som sædvanlig var arrangementet vel tilrettelagt af FSU under Helge Hansens ledelse. Der var lagt op til en spændende turnering med følgende 6 hold: Frem, Ringe, Kvik, Triton, Esbjerg og Ålborg.

Der var spænding om, hvor stor Ringe's styrke var, efter at de havde kvalificeret sig som det stærkeste hold fra Fyn, og ligeledes stor var interessen for Kvik, der havde en sejr over Triton på 10—5 med hjemmefra.

Der var altså lagt op til en spændende turnering, og det blev det også, dog ikke om hvor mesterskabet skulle hen, men om placeringerne fra nummer 2 til 5.

Men lad os se lidt på de ialt 12 kampe weekenden bød på.

Den første kamp stod mellem Frem og Esbjerg. Det blev en udmærket dyst og selvom slutcifrene indikerer noget andet, var der tale om to jævnbyrdige hold. Esbjerg vandt 6—0 og det lyder som klasseforskel, det var der ikke på de to hold, men Esbjerg havde i Jan Lauritsen en skudtrussel af format, som Frem ikke havde noget våben imod. Jan scorede fem af Esbjergs mål, og det skulle vise sig, at Jan for alle Esbjergs modstandere var svær at holde styr på.

Herefter mødtes Ringe og Triton, og det blev hurtigt en bekræftelse på, at Ringe var et af de hold man skulle regne med i kampen om medaljerne.

Triton fulgte godt med i 1. periode, der endte 3—3, men så havde Ringe fundet ud af at pakke Tritons nr. 10 og 11 sammen, og kampen var faktisk afgjort. Ringe vandt 2. periode 5—0 og slutcifrene blev så overbevisende som 17—5 til Ringe.

Opgøret mellem Kvik og Ålborg blev spændende, og da Ålborg til denne kamp kun havde otte mand, var der nok ikke mange der troede på deres chance, men Ålborg spillede en fin kamp, og de var faktisk i hele kampen de mest toneangivende. Ålborg vandt fortjent det jævnbyrdige opgør med 5—4.

Det var to tabere, der mødtes i næste kamp, nemlig Frem og Triton, og det så længe ud til, at der ville være uvished om udfaldet til sidste sekund. Triton førte i kampens start, de var foran 3—1 og 5—3, inden Frem i slutningen af 2. periode fik udlignet til 5—5, men så var det også slut med Triton. Frem scorede syv gange i de to sidste perioder, medens det kun lykkedes Triton at finde vej til målet én gang. Frem vandt kampen 12—6. Det var tydeligt, at Tritons hold skulle bæres af nr. 10 og 11, og de to gutter var jo ikke utrættelige, når de var flade eller blev godt og grundigt dækket, ja, så var Triton lig nul.

Kampen mellem Kvik og Esbjerg blev ikke den store kamp man havde ventet. Esbjerg var for stærke. Der var ellers gode takter fra Kvik i starten, de vandt 1. periode 1—0, men så begyndte det at gå galt. Kvik havde i sin spiller nr. 5 en gut der faktisk er god, men som på grund af et voldsomt temperament er til større skade end gavn for sit hold, lidt modgang og han går fuldstændig over gevind, ikke nok med at hans spil bliver utroligt brutalt, han kværulerer over alle domme, og hvad der var helt tåbeligt, han begyndte at skælde sine holdkammerater ud på det groveste. Han undgik da heller ikke at få marchordre for resten af kampen. Esbjerg beholdt hovedet koldt og vandt kampen klart med 9—4.

Lørdagens sidste kamp mellem Ringe og Ålborg blev meget jævnbyrdig, det var en udmærket kamp med god forståelse af spillet og mange gode detaljer. At det blev Ålborg der vandt må nok tilskrives for det første, at de var bedst, men også at Ringe endnu er for urutinerede og ikke endnu har fået evnen til at kæmpe sig ud af lidt modgang, da Ålborg bragte sig foran med et par mål i 2. periode og det samtidig kiksede lidt for Ringe, begyndte de at skændes og blive sure, og i et så jævnbyrdigt opgør, går det galt, når man begynder på sådan noget. Ålborg vandt kampen med 6—3.

Stillingen inden søndagens kampe:

		Point
1 Esbjerg	20— 8	6
2 Ringe	28—18	4
3 Ålborg	15—12	4
4 Frem	19—20	2
5 Kvik	18—19	2
6 Triton	16—39	0

Søndagens første kamp stod mellem Kvik og Frem. Kvik syntes ikke at tage mesterskaberne særlig alvorligt, da de ikke mødte frem til tiden. Det tyder på en ringe interesse eller dårligt lederskab, man kommer ikke for sent til sine kampe, når man kæmper om et dansk mesterskab. Nu måtte Kvik stille op til kampen kolde og uden opvarmning og det var tydeligt et handicap for dem.

Frem vandt 1. periode 3—0 og Kvik måtte satse alt i 2. periode for at hente Frem. Det lykkedes for dem at udligne til 3—3, men så var det også slut med kræfterne, og Frem bragte sig foran og øgede støt sin føring gennem resten af kampen, der sluttede 8—4 til Frem.

Også i denne kamp blev man vidne til Kviks nr. 5's brutale spil og råben og kværuleren så snart modgangen viste sig, og for anden gang i turneringen blev han vist op for resten af kampen og stod nu til en kamps karantæne.

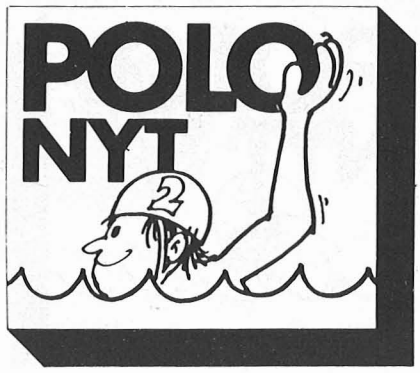
Kampen mellem Triton og Ålborg blev mere spændende end ventet. Gennem 1., 2. og 3. periode fulgtes de to hold med skiftevis scoring og inden 4. periode var stillingen 9—8 til Ålborg, men igen havde det været Tritons nr. 10 og 11 der havde båret holdet, og da deres kræfter var opbrugt og de iøvrigt blev vist op for 3. fejl, sikrede Ålborg sig sejren i sidste periode, den blev på 12—9.

Der var set hen til kampen mellem Ringe og Esbjerg, men der blev ikke tale om nogen egentlig kamp, dertil var Esbjerg for stærke. De vandt kampen 11—2, efter at have ført med 6—0 inden 4. periode.

Der var anderledes dyst mellem Frem og Ålborg, det var to hold, der begge aspirerede til medaljer, der her mødtes og der blev gået til sagen. Der blev kæmpet på livet løs. Frem kom bedst fra start og førte en overgang i 1. periode med 4—1, men Ålborg kom igen og det lykkedes dem i midten af 3. periode at få udlignet til 5—5. Mange troede, at nu var Frem slået, men de fik samling på tropperne og bragte sig igen foran på to gode mål. Da 4. periode startede førte Frem 7—6, og da Ålborg fik udlignet til 7—7, var der igen uvished om hvem der skulle have sejren. Det blev Frem, der vandt kampen, da det lykkedes dem at score endnu en gang til 8—7.

I Esbjergs sidste kamp var modstanderen Triton og der er ikke meget at sige om den kamp, udover at Esbjerg var utroligt overlegen, hvilket følgende periodecifre fortæller: 1. periode 3-0, 2. periode 4-1, 3. periode 7-2 og 4. periode 9-1. Sejren blev på 23-5.

Mesterskabernes sidste kamp stod mellem Ringe og Kvik og situationen var den, at Ringe med en sejr på 4 overskydende mål ville slutte på en 2. plads, og efter hvad man tidligere havde set Kvik præstere, var dette slet ikke umuligt. Men der var sket noget med Kvik. De spillede virkeligt godt. Det blev en holdindsats af Kvik der viste at hvis de blot



kan styre de få brushoveder på holdet, så kan de godt spille effektivt vandpolo.
Ringe startede bedst og vandt 1. periode 3-2, men Kvik fik udlignet og kom foran i 2. periode der sluttede 5-4 til Kvik, men Ringe var ikke slået endnu, de kom godt igen i 3. periode og fik udlignet til 6-6.

Men så var det også sket med Ringes kræfter og da Kvik samtidig spillede bedre og bedre, havde Ringe ikke mulighed for at hindre Kvik i at vinde sidste periode 4-0 og hele kampen 10-6.

Danske dommere i udlandet

Af John Samuelsen.

De danske vandpolodommere bliver stadig hyppigere benyttet af udlandet. Både Sverige og Vesttyskland har i de sidste par år flittigt gjort brug af de danske dommere.

Hver eneste weekend henter svenskerne danske dommere over Øresund til de sydsvenske 1. divisions kampe, og Vesttyskland har et godt øje til JSU-dommerne, der bl.a. har været hentet sydpå for at lede pokalfinalen i Vesttyskland.
Ved dette års Europa-cup kampe i henholdsvis Budapest og Athen, var der danske dommere.
I Budapest dømte Ole Lambert 2 kampe. Den første mellem Ferencvaros fra Budapest og Yoshme fra Istanbul. Den anden kamp var mellem Ferencvaros og Dauphins fra Belgien.
Ole klarede disse kampe strålende, han blev bedømt af selveste Dirnweber, Østrig og han fik bedømmelsen let/god i begge kampe. Efter stævnet blev Ole Lambert udtaget som neutral dommer ved Europa-cup vindernes semifinalerunde i Berlin den 11-13. november. I Athen gjorde Jørn Tønnow det ikke ringere.

Han dømte ikke mindre end 5 kampe og opnåede i dem alle en særdeles fin bedømmelse. Det var grækeren Tsantas der stod for bedømmelserne og Jørn Tønnow fik følgende karakterer:
Let/god, med/god, svær/god, med/acc, og svær/god, det skal blive spændende at se hvilke opgaver der venter ham i fremtiden.
Der er ingen tvivl om, at det at udlandet har fået øje på vore dommere betyder, at dansk vandpolo ikke længere betragtes som det rene ingenting, men efterhånden er noget man må regne med, at den rutine vore dommere henter i udlandet i de store turneringer også kommer vore spillere til gode er der vel heller ingen tvivl om. Det betyder noget for vore bedste hold, der skal ud i internationale kampe, at blive bedømt herhjemme af dommere der har det internationale snit.

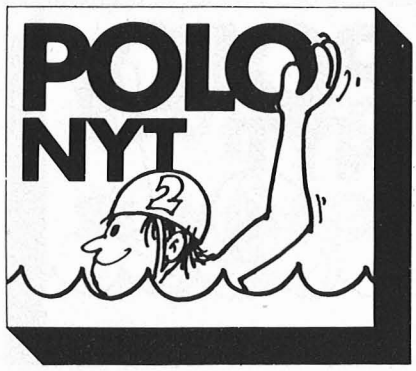
Europa-Cup i Budapest

Frem blev det første danske hold der vandt en Europa-cup kamp, det skete da de besejrede det belgiske mesterhold Dauphins med 5—4 efter en spændende kamp, hvor holdene skiftedes til at score.
Det blev Frem'erne der grak det længste stråd, idet de scorede det sidste og afgørende mål i slutningen af 4. periode.
Af enkeltpræstationer er værd at nævne, at Benny Nybo i målet stod en pragtkamp og havde den ene imponerende redning efter den anden. Specielt mod kampens slutning, hvor belgierne pressede stærkt for at vende kampen, var han umulig at passere.
De fynske målscorere var Viggo Rasmussen med de 2 første mål, Mogens Nielsen scorede til 3—2, og Flemming Hansen tegnede sig for de to sidste fuldtræffere.
Selvom sejren ikke var nok til at gå videre på i Europa-cuppen, havde Frem megen ære af sin deltagelse.

Vandpolotræner søges

KFUM's 3. divisionshold i vandpolo mangler en træner til en ugentlig times træning i København. - Henvendelse bedes rettet til:

GITTE HALL
Højdevej 62 . 2670 Greve Strand . Tlf. 02 - 90 56 08.



Slutstillingen:

		Point:
1 Esbjerg	54-15	10
2 Ålborg	34-29	6
3 Frem	35-31	6
4 Kvik	32-33	4
5 Ringe	36-39	4
6 Triton	30-74	0

Dommerbedømmelser:

Kamp	Dommer	Bedømmelse
Frem-Esbjerg	Svend Rom	let/acceptabel
Ringe-Triton	Nils Carlsen	medium/god
Ålborg-Kvik	J. Æbelø	medium/mangelfuld
Frem-Triton	Nils Carlsen	medium/god
Esbjerg-Kvik	Helge Hansen	medium/mangelfuld
Ringe-Ålborg	Svend Rom	medium/mangelfuld
Frem-Kvik	Nils Carlsen	let-med./acceptabel
Ålborg-Triton	J. Æbelø	medium/acceptabel
Ringe-Esbjerg	Svend Rom	medium/acceptabel
Frem-Ålborg	Svend Rom	svær/acceptabel
Triton-Esbjerg	J. Æbelø	let/god
Ringe-Kvik	Nils Carlsen	svær/god

Bedømmelserne foretaget af: Jørgen Fogelstrøm og Jørn Tønnow.

Terminsliste vandpolo

Juni/juli:
30- 2 i Århus: Danmarksmesterskaberne i vandpolo + kvalifikationsrunde til 1. div.
7- 9 i København: Fem nationers juniorlandskamp Belgien/Schweiz/Østrig/Skotland/Danmark
14-16 i Oslo: Baltic Cup - junior Norge/Sverige/Finland/Polen/Danmark
22-30 i Budapest: Europæiske juniormesterskaber

August:
4- 6 i Århus: Fem nationers seniorlandskamp Østrig/Belgien/Schweiz/Frankrig/Danmark + evt. Sverige
11-13 i Malta: Åben turnering
19-29 i Vest Berlin: 3. Verdensmesterskaber

September:
8- 9 i Vejle: DSF's 4. kalenderkonference
16-17 i København: DSF's juniormesterskab
28-2/10 i Alexandria: 3. Internationale Stævne

Oktober:
8- JSU's områdemøde
20-22 Europa Cup pokal vindere (indl.)
27-29 Europa Cup mesterhold (indl.)

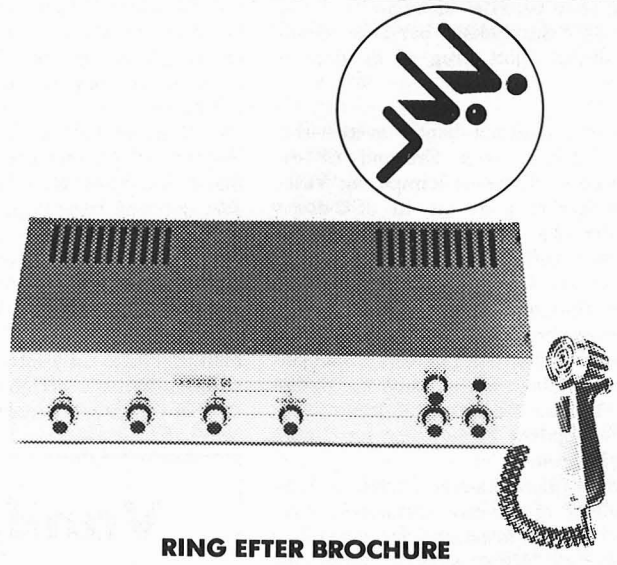
November:
10-12: Europa Cup pokalvindere (semifinale)
17-19: Europa Cup mesterhold (semifinale)
25-26 i Odense: DSF's Drenge Mesterskaber

December:
2 i Idrættens Hus: DSF's bestyrelsesmøde
1- 3 Europa Cup pokalvindere (finale)
8-10 Europa Cup mesterhold (finale).

WIPS - *til intensiv træning*

EN NY
OG BEDRE MÅDE
AT TRÆNE PÅ

Wips er den trådløse forbindelse fra træner til svømmer, træneren kan tale med svømmeren under hele træningen og kan rette fejl med det samme uden at afbryde øvelsen. Man får meget mere ud af træningen.



RING EFTER BROCHURE

Svejsa a/s
Håndværkerbyen 31
DK-2670 Greve Strand
(02) 90 55 00

Lederkonference i SSU

Af Paul Johansen

Den 9. oktober havde SSU samlet 52 ledere fra 21 klubber til en lederkonference, der bl.a. havde til formål at udstikke linierne for næste års aktiviteter.
Svømmelederen Jørgen Klarskov indledte med at give en redegørelse for en række ting, som havde voldt lidt vanskeligheder, bl.a. den ret sene fremkomst af pointstabellen. En anden ting havde givet problemer, og det var, at pointstabellen manglede points for holdkapper. — Der kunne meget nemt komme nogle ret »gode point-summer« hvis man direkte overførte et holdløb til individuelle løb. Men det måtte man tage med. Derudover ville unionen gerne høre deltagernes mening om nogle nye ting i programmet for 1978 — og fordelt på hele kalenderen. Hvad med en art turneringsmatch som DANCUP?
Af andre spørgsmål, som en struktureret gruppeinddeling skulle besvare var:
Fordeling af bronze- og sølvnålsstævner
Stævner for nystartede og små klubber, der p.t. ikke kan/stiller hold til nuværende turnering.
Hvad gør man for de ældre svømmere, som ikke kan/vil dyrke konkurrencesvømning på samme niveau som tidligere?
Skal der udvides eller indskrænkes i nuværende turneringers løbsprogram?

Disse spørgsmål gav anledning til et meget intensivt gruppearbejde, som overskred tiden med næsten 1 time. Svarene gav opbakning om de forslag SSU havde udsendt i forvejen med visse modifikationer. Det var et ønske at kunne holde stævnerne i de lavere rækker mere regionsvis, da økonomi spillede en stor rolle ved transport fra den ene ende af øen til den anden. Der blev opponeret mod brug af point-tabel ved matcherne, man ville hellere have det gamle matchpoint-system. Hertil blev der svaret, at ved at bruge den tyske point-tabel i alle matcher, kunne man give et gennemsnitspoint for matchen. Det giver senere grundlag for at kunne rykke de rigtige hold op og ned i turneringerne. Nogle steder kunne der »spilles« på dette, men alt i alt, var det en mere retfærdig måde at bedømme klubberne indbyrdes styrkeforhold efter. Det kunne give et andet incitament, nemlig at der i hvert løb skulle scores point og ikke bare en placering foran en modstander. Derved ville alle løb få lige stor betydning, idet man ikke kunne tillade sig at bade en distance igennem, når man var overlegen. Klubbens gennemsnit skulle holdes, så det er bare med at komme derudad.
SSUs formand tog sig af kalenderkonferencen som næste punkt. Det havde i nogen tid været unionens ønske, at SM var stævnet, hvor klubbernes DM-aspiranter prøvede at opnå tider, som gav adgang til DM. Det kunne kun gøres, hvis stævnet lå tilpas før DM. Formanden understregede, at det var repræsentantskabsmødet, som skulle afgøre dette, men han ville påpege, at det ikke af den grund behøvede at fratage klubbenrne muligheden for at tage på træningslejr. Man kunne eksempelvis indføre et stævne for svømmere som ikke opnåede DM-kravet på samme tidspunkt, som man ønskede SM afholdt? Det kunne ikke være særligt attråværdigt at lægge SM efter DM. Vanskeligheder er til for at de kan overvindes, og det håbede man de blev.
Kommer der noget ud af at samle ledere til konference eller snak om tingene? Det mener vi der gør, både i den formelle og uformelle diskussion. Alt for ofte mødes vi til stævner og har ikke tid til andet end opgaven med at afvikle lige det. Bagefter er det med at komme hjem igen, børnene er utålmodige, bussen venter, ja, der er mange ting ivejen. Problemer bliver berørt, men ikke løst, og dog er de der. Derfor synes ledelsen, at muligheden for at kunne gøre noget ved det, er sammenkomster struktureret så fast eller løst som det passer sig til situationen. Det giver bl.a. som effekt, at klubberne bedre kender hinandens synspunkter, når en ting bliver sagt og skal vendes i en forsamling. Måske også mere respekt for hinandens meninger, hvem ved. I SSU vil vi fortsat bruge dette middel som en direkte kommunikationsvej.

Unionsmatchen

Unionsmatchen mellem DSFs 5 unioner blev som bekendt afholdt den 5. november i fjor i København, nærmere betegnet i Vesterbro svømmehal. Arrangementet i og omkring bassinet var godt, ligesom det fælles samvær i Dragør. Ganske vist kom Svømmeunionen Storstrømmen noget sent til start på grund af transportvanskeligheder, men det kan overgå enhver, når man skal rejse et stykke vej. Om matchen kun dette, at JSU igen hentede sig en solid sejr over de øvrige unioner, og det kan kun være en spore til at forsøge at »dukke« dem næste gang.
Har matchen nogen sportslig værdi? Det kan der måske sættes et stort spørgsmålstegn ved. Der var ihvertfald intet i pressen om stævnet, trods det, at dansk svømnings elite var samlet (så godt som). Kan der gøres noget ved det? For det første må det være evident, at en union søger at stille det stærkeste hold, uanset særinteresser. For det andet må unionerne snakke sammen om et hensigtsmæssigt program, der i højere grad tilgodeser svømmerne. Hvorfor ikke lave et rent senior-program og et juniorprogram i hver sin afdeling med særskilt pointsberegning?
I 1978 er det Svømmeunionen Storstrømmen som skal være arrangør, og SSU opfordrer SUS til at fremkomme med et udarbejdet forslag til program til næste match. Et program som sigter på et hensigtsmæssigt sammensat match, som tilgodeser nogle af de her fremsatte synspunkter. Lad mig slutte med at sige, at interessen for stævnet vil være lille, hvis det ikke ændres, samt hvis unionen ikke stiller med deres bedste svømmere — hvilket iøvrigt også gælder SSU.

Paul Johansen

SSU nyt
Redaktion: Rigmor Kofoed,
Åvang 35 - 3400 Hillerød,
tlf. (03) 26 01 43.

Trænerkonference i SSU

Sjællands Trænerråd havde i samarbejde med SSU indkaldt til en konference den 17. september i Idrættens Hus. Der var mødt 21 trænere repræsenterende 15 klubber under SSU. STRs formand Kaj Ågård gav i sin indledning formålet med konferencen, der stort set gik ud på, at der måtte nogle flere med i det arbejde trænerrådet havde i råd og udvalg, således at det kom alle til gavn.
I konferencen var indlagt et punkt, som hed regler og stil under svømmestævner. Dette punkt tog SSUs formand sig af. Han påpegede de ting, som officialsuddannelsen lagde vægt på, særlig de punkter, hvor der kunne være tvivl om opfattelser fra trænerside. Filmen som bliver brugt i officialsuddannelsen blev blandt andet vist, og den og »fortolkningerne« gav anledning til en frugtbar debat.
Næste emne var et oplæg til gruppearbejde om trænerrådets arbejde. Skal trænerrådet overleve, må flere med i det organiserede arbejde. Der må opbygges en struktur som kan fungere, ellers bliver det Tordenskjolds soldater. Derfor blev trænerne sendt i »tænkeboks« med en række spørgsmål.
Resultatet af dette gruppearbejde blev en række positive tilkendegivelser om forslag til samarbejde trænerne imellem og til SSU. Et var man enige om, og det var, at man måtte forsøge at skabe et kommunikationsmiddel, der kunne formidle oplysninger af enhver art. En senere generalforsamling skulle tage vare på det spørgsmål.
Både STRs formand Kaj Ågård og repræsentanter fra SSU gav til slut udtryk for, at det havde været en gavnlig drøftelse, begge parter havde overværet og deltaget i. Det var udbytterigt at kunne mødes.

Maribo's nye svømmehal indviet med dansk rekord

Både Susanne og Ålborg var med i Maribo da en ny hal blev holdt over dåben, og hvilken succes blev både AGF og Ålborg til del.
Man startede stævnet med 4x100 m crawl, og det gav ny dansk rekord til Jasper N. Jørgensen, Jens Brønnum, Nils Rasmussen og Henrik Rasmussen med 3.41.0 — Udover dette fine resultat deltog de i næsten alt, hvad man bad dem om og opnåede mange fine resultater, dog fik de i nogle løb uventet hård konkurrence af »dem fra Sydhavsøerne«, således i 100 m butterfly, hvor Søren Østberg sikrede Nakskov sejren med 1.03.4, ligesom andenpladsen gik til Herakles ved Jørn Jacobsen med 1.05.0 og først som nr. 3 kom Nils Rasmussen med 1.06. Ellers vandt Jasper suverænt 100 m crawl med 0.54.0, Jens Brønnum og Henrik fik begge 0.57.1 på andenpladsen, derefter kom Henrik Strøberg, Herakles, med 0.57.5. 200 m medley blev et let bytte for Henrik med 2.20.5, Søren Østberg 2.25.0, Klaus Bach 2.28.9.
AGF havde sagt ja til, at både Susanne og Lisbeth Olsen stillede op, og et varmt bifald hilste Susanne, da hun stod frem og skulle starte til 200 m medley. Hun kvitterede ved at svømme på 2.22.2, ikke langt fra hendes rekord, og ca. 25 m foran nr. 2, så igen et stort og fortjent bifald for denne præstation. Nr. 2, Kirsten Poulsen, Herakles, med 2.40.3, nr. 3 Vivi Nielsen, Ålborg, 2.42.5. — 200 m brystsvømning havde Vivi Nielsen, Ålborg som vinder med 2.56.6, nr. 2 Annette Bøgsted, Nakskov, 2.58.5, nr. 3 Lisbeth Olsen, AGF 2.58.9.
Ind imellem disse løb var der andre løb for de lokale klubber, og både svømmerne fra Maribo, Sakskøbing og NFS fik fine tider ud af det.

Spring og vandballet

Svømmehallens bademester, Jan Knudsen, der er kendt som en af Danmarks bedste spring-trænere, havde sørget for, at også spring var godt repræsenteret. Det var Claus Thomsen, Hermes, Kim Liisbjerg, Egon Nielsen, POaw Liisbjerg og Preben Liisbjerg alle AGF, der tog publikum med storm, enten de udførte de elegante og svære spring, eller de blot »klovnede«.
Da man ved de sidste hal-indvielser har viut synkroniseret svømning som kvartet og duet, mente man, at man denne gang ville se en stor flot formationssvømning, og det var noget, der tog kegler. Pigerne fra NFS og Nakskov var gået sammen om programmet med Lene Eriksen som træner, og hvad kan man forlange mere end et 20 mands orkester som akkompagnement. POigerne, der udførte det fine program var Marianne Hansen, Lisbeth Hansen, Anne Munch, Helle Sloth, NFS, Gitte Siedentoft, Pia Clausen, Pia Jacobsen og Helle Westen, Nakskov.

Lisbeth Hansen, NFS stadig bedst på L. F.

Nykøbing F. svømmeforening havce meget ære af sit arrangement for DSF med forbundets juniormesterskaber i synkroniseret svømning. Lisbeth blev nr. 2 i solo, og først slået af Lone Jensen, København, efter det frie program, idet Lisbeth førte efter de obligatoriske øvelser, så kære Lisbeth nu må musik-programmet have en ekstra gang træning.
NFS vandt også sølvmedaljer i duet og kvartet, i duet var det Lisbeth og Anne Munch, og i kvartet tillige Helle Sloth og Karin Mikkelsen. En meget flot præstation, og det bedste var vel næsten, at duetten blev udtaget til nordiske juniormesterskaber i Stockholm, og det samme gjorde Lisbeth i solo.

Dan Cup

Den 20. november holdt Maribo Svømmeforening sit første »rigtige« stæøvne, idet de var arrangør af gruppe VI i Dan Cup-turneringen, og det blev godt og hurtigt afviklet og gav pæne plæaceringer til unionens tre hold, der deltog. Alle tre var med i damernes række: Nakskov nr. 2 med 5.808, NFS nr. 4 med 4.524 og MSF nr. 7 med 3.874.

Kurser i 1978:

14., 15., 20. og 21. januar: Anatomi- og fysiologi i Ringsted.
25., 26. februar og 4., 5., 18. og 19. marts: Træningslære i Ringsted.
A kursus holkdes 20., 22., 27. og 29. januar i St. Heddinge.
Tilmeldelse kan ske til unionens kursusleder, Anne Grete Nissen, Syrenvej 3, 4900 Nakskov, eller direkte til SSU's kursusleder Dennis Dinesen. Skemaer kan fås hos unionen. — Husk tilmeldelse skal foregå på skemaer.
Husk official-kursus II i Nykøbing F. — Henvendelse kan ske til Egon Hansen, Gedservej 25, 4800 Nykøbing F. — Det foregår den 18. og 19. marts 1978.

SUS nyt
Redaktion: Grethe Ericksson,
Skovgårdsvej 49 - 4900 Nakskov -
Tlf. (03) 92 09 33.

Bronze til Nakskov

Den anden klub, der dyrker synkrosvømning på Lolland-Falster, Nakskov Svømmeklub, kom hjem med bronzemedaljer i kvartet. Det var Gitte Siedentoft, Pia Clausen, Pia Jacobsen og Helle Westen, og til dem kan vi sige: fortsæt fliden endnu et år, for junior-alderen næste år er 1961, og så kan I endnu være med.

Ændring af dato

Nakskovs årlige pokalstævne afholdes i 1978 — søndag den 19. marts. 4. afdeling af børneturneringen holdes i Nykøbing F. den 22. januar 1978 med Herakles som arrangør, bemærk den ændrede dato. (Maribo holder 19/2)

Dansk junior-rekord til Nakskov

Både ved unionsmatchen i København den 5. november ogh ved et åbent svømmestævne i Nakskov den 17. november kunne Nakskov-svømmere notere danske junior-rekorder. — Først var det 4x100 m crawl, som Søren Østberg, Niels Jørgen Larsen, Lars Jakobsen og John Hansen.
Næste gang var det Søren Østberg i 200 m butterfly, der med 2.18.3, skar godt 2 sek. af sin egen rekord. Ved samme stævne svømmede man 4x50 m medley på 2.15.6, og da denne ikke har været noteret før, er det også en ny rekord.

Guld med sløjfe

Ved samme stævne fik Annette Bøgsted, Nakskov, guldnål på 100 m crawl med 1.02.8, og dette gav Annette sløjfe på sin guldnål, da hun tidligere har nålen i brystsvømning og medley. — Yderligere blev det til 3 gange sølvdelfin i 800 m crawl til Lars Jakobsen, og John Hansen, Nakskov med 9.47.8 og 9.45.5, samt til Michael Jensen, Nakskov, i 100 m crawl med 1.00.3. — Desuden var der sølvnåle til Jens Schjelde, Rikke Larsen, Elin Jensen, og Anni Mortensen, Maribo.